ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
Государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования города Москвы
«Московский городской педагогический университет»
(ГАОУ ВО МГПУ)

Институт педагогики и психологии образования
Общеинститутская кафедра психологии образования

ПРАКТИКУМ ПО ОБЩЕЙ ПСИХОЛОГИИ

Учебно-методическое пособие

Том 2

Москва
2018

УДК 159:922
ББК 88.2я73
П 69

*Печатается по решению
Редакционно-издательского совета ГАОУ ВО МГПУ*

Авторы-составители:
доктор психологических наук, профессор ***Л.И. Ларионова,***
кандидат педагогических наук, доцент ***Л.Н. Азарова,***
кандидат психологических наук, доцент ***А.М. Двойнин,***
кандидат психологических наук, доцент ***В.М. Поставнев,***
кандидат психологических наук, доцент ***И.В. Поставнева,***
кандидат психологических наук, доцент ***О.А. Шаграева***

Под общей редакцией
доктора психологических наук, профессора ***Л.И. Ларионовой,***
доктора психологических наук, профессора ***А.И. Савенкова***

Рецензенты:
доктор психологических наук, профессор ***И.В. Вачков,***
кандидат педагогических наук, доцент ***О.В. Цаплина***

П 69 **Практикум по общей психологии:** учебно-метод. пособие: в 2 т. / авторы-сост: Л.И. Ларионова, Л.Н. Азарова, А.М. Двойнин, В.М. Поставнев, И.В. Поставнева, О.А. Шаграева; под ред. Л.И. Ларионовой, А.И. Савенкова. – Т. 2. – М.: МГПУ, 2018. – 200 с.

Учебно-методическое пособие разработано в соответствии с программой курса «Общая психология». В нем представлены разнообразные формы и методы самостоятельной и практической работы студентов, необходимые для выработки умений и навыков, развития профессиональной компетентности. По каждой теме даны планы практических занятий и самостоятельной работы, задания для оценки качества усвоения учебного материала.

Предназначено для студентов педагогических вузов и колледжей, а также будет полезно учителям школ, методистам и другим специалистам в сфере образования, желающим повысить уровень психолого-педагогических компетенций.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

Как отмечают многие исследователи, у большинства студентов педвузов и молодых учителей установка на формирование у учащихся знаний превосходит установку на понимание и изучение личности и коллектива учащихся. Практическая психологическая квалификация учителей остается слабой. Это может привести к серьезным психологическим потерям: падению интереса к учебе у школьников, возникновению негативных эмоциональных состояний.

Успех работы педагога зависит не только от знания своего предмета и методики его преподавания, но также от уровня компетентности в сфере индивидуальных особенностей личности, педагогического общения, закономерности усвоения информации.

Современное реформирование образования направлено на усиление психологической компетентности психолога образования, педагога. В соответствии с требованиями нового стандарта представителям этих профессий придется разбираться не только в психологической терминологии, но и глубоко понимать суть психологических теорий и концепций, применять их на практике при изучении и развитии психических процессов, личностных особенностей учащихся, коллектива.

В последнее время при планировании учебной нагрузки по предметам профессионального цикла наблюдается значительный рост часов на выполнение самостоятельной работы студентами по сравнению с аудиторными занятиями. В связи с этим остро возникает потребность поиска эффективных форм и технологий организации самостоятельной работы студентов в процессе обучения в вузе.

Чтобы способствовать решению этой проблемы, на наш взгляд, необходимо полнее использовать активные методы самостоятельной работы студентов по психологии, такие, как проведение психологических исследований, анализ конкретных ситуаций, решение психологических задач и др.

При этом проведение исследовательских заданий по психологии имеет большое значение в психологическом образовании

студентов. Исследовательские задания целесообразно проводить как на практических занятиях, используя экспресс-диагностику, так и при подготовке студентов дома. Использование такого активного метода самостоятельной работы позволяет глубже понять студентам теоретические и практические вопросы курса. Кроме того, удовлетворяется интерес студентов к своей личности. Каждый человек неоднократно в своей жизни задумывался о своих особенностях и возможностях, о психологических интересах, состояниях и личностных качествах. Особенно это актуально в юношеском возрасте, в период формирования мировоззрения и профессионального становления. При выполнении исследовательских заданий студент может получить четкий, основанный на количественных данных, ответ на вопросы: что он собой представляет, что может и умеет. Такое знание, полученное на основе рефлексии результатов исследований, является личностным знанием, способствующим совершенствованию профессионально важных психологических качеств. Использование активных методов самостоятельной работы способствует личностному подходу в обучении студентов, вызывает интерес к психологии, позволяет решать воспитательные задачи.

Данное учебно-методическое пособие посвящено организации самостоятельной работы студентов в рамках учебной дисциплины «Общая психология». Содержание самостоятельной работы находится в тесной взаимосвязи с лекционным и практическим курсом. Пособие состоит из введения, двух глав, приложения, которое включает эталоны ответов на итоговые тестовые задания, психологические тесты для самостоятельной работы студентов при самоподготовке и на практических занятиях, список литературы, использованной для составления задач, упражнений. При составлении пособия были использованы учебники и практикумы по общей психологии, монографии, психологические словари и материалы периодических изданий.

Первая глава включает общие методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов.

Во второй главе представлена программа и алгоритм проведения самостоятельной работы студентов по темам курса.

По каждой теме представлены вопросы для обсуждения, информационный материал, объем которого варьирует в зависимости от необходимости дополнить теоретический материал соответствующей лекции. Дан план самостоятельной работы студентов (самоподготовка), рекомендации для выполнения самостоятельной работы, включающие задания теоретического (чтение и конспектирование указанных литературных источников) и исследовательского (выполнение тестов, проведение наблюдения и др.) характера; решение психолого-педагогических задач. По каждой теме приведен список литературы для самоподготовки к занятию, что не исключает возможность студентов самостоятельно расширить этот список. Такая работа по подбору научных источников особенно эффективна при подготовке студентами рефератов и докладов.

Структура практических занятий включает план проведения занятия, учебные задачи занятия, описание самостоятельной работы студентов на занятии (индивидуальной или групповой), итоговый контроль, дающий студентам информацию об эффективности его работы на занятии.

В зависимости от факультета и времени, отведенного в учебном плане на курс «Общая психология», преподаватели в каждом отдельном случае могут вносить изменения в содержание и методику занятий.

Настоящее пособие разработано в соответствии с программой курса «Общая психология» и апробировано преподавателями общеинститутской кафедры психологии образования Института педагогики и психологии образования Государственного автономного образовательного учреждения высшего образования города Москвы «Московский городской педагогический университет».

РАЗДЕЛ I
ОБЩИЕ МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Учебная дисциплина «Общая психология» изучается на аудиторных занятиях и в процессе самостоятельной работы. Содержание и структура учебной дисциплины соответствует решению задач практико-ориентированной профессиональной подготовки.

Практические занятия являются одной из форм учебной работы, которая ориентирована на более глубокое усвоение и закрепление изученного теоретического материала, формирование умения применять теоретические знания в практических целях, а также выработку учебных и профессиональных навыков.

Приступая к выполнению заданий по каждой теме, прежде всего, следует ознакомиться с материалами лекций, информационными материалами, представленными в пособии, с вопросами для обсуждения, заданиями по самоподготовке, с планом учебного занятия, с основной и дополнительной учебной литературой.

Структура практического занятия включает дискуссию по вопросам, вынесенным на обсуждение; самостоятельную работу (выполнение и обсуждение результатов практических заданий; выполнение и обсуждение результатов тестов, методик; решение психологических задач и упражнений) и итоговое тестирование.

Дискуссия предполагает обмен мнениями, диалог, в котором каждый из участников представляет свою точку зрения и ее аргументацию. Эта форма работы дает возможность каждому участнику найти спорные моменты в высказываниях собеседника, аргументах, к которым он прибегает, и обосновать свою позицию. В дискуссии всем участникам необходимо оперировать научными понятиями, представлять свои взгляды, опираясь на прочитанный материал, называть ученых, изучавших те или иные закономерности функционирования психики и проявления личностных качеств человека. Каждый участник дискуссии формулирует свои

выводы и озвучивает их. Дискуссия заканчивается подведением итогов.

Готовясь к дискуссии, необходимо выделять в прочитанном материале спорные моменты. Целесообразно сделать запись прочитанного в виде *выписки* (дословное воспроизведение важных положений, фактов и пр. или краткое изложение такой информации), *плана* (перечня рассматриваемых вопросов), *тезисов* (сжатое изложение существенных идей). Важно отметить моменты в учебном материале, которые, по мнению студента, имеют принципиальное значение в педагогической деятельности.

При подготовке к учебному занятию студент может использовать разные формы работы с источниками информации (учебной литературой, статьей, монографией и др.).

Аннотирование литературы — это перечисление основных вопросов, рассматриваемых автором в той или иной работе. Целесообразно придерживаться следующего алгоритма: познакомиться в целом с содержанием источника информации (прочитать аннотацию и вступительную статью (при наличии), просмотреть оглавление), выделить основные понятия, логически законченные части, определить главное и существенное в тексте.

При изучении научных трудов, содержание которых требует углубленного прочтения и осмысления, используют *конспектирование.* Конспект — это краткое изложение основного содержания научной работы, ее важнейших теоретических положений. Конспектирование является важной формой самостоятельной работы, так как способствует не только хорошему запоминанию материала, но и его осмыслению.

Конспект должен быть кратким, ясным. В то же время краткость и ясность изложения не должны противоречить требованиям полноты и точности содержания конспектируемого материала. Для достижения большей точности рекомендуется записывать в формулировках автора основные положения работы, указывая страницу, на которой изложена записываемая мысль. Полнота конспекта достигается за счет фиксации основных положений работы, воспроизведения логики авторского изложения

материала. Правильно выполненный конспект является хорошим информационным материалом, к которому студент может обращаться в течение всего процесса обучения.

Перед составлением конспекта изучаемый источник читается два раза. При первом, прочтении складывается общее впечатление от текста, при втором выделяется главное содержание, которое заносится в конспект.

Конспект может иметь следующую структуру: указывается автор изучаемого произведения, его название, место издания и год написания, страницы; выделяются структурные элементы — подзаголовки, основные положения и выводы, дополненные доказательствами и/или рассуждениями автора изучаемого произведения. При конспектировании по книге и/или ее разделу за основу берется план книги/раздела.

На основе конспектирования источников можно составить картотеку конспектов в алфавитном и систематическом порядке. Алфавитный перечень позволяет быстро узнать есть ли конспект той или иной работы, а систематический — выяснить какие конспекты есть по той или иной проблеме.

Написание обзора статей, опубликованных в научных журналах, по изучаемому кругу вопросов предполагает выполнение ряда шагов: обращение к журналам за последние пять лет; составление списка статей, отвечающих заявленной теме, систематизация прочитанного и написание текста. Основные требования к обзору/докладу: текст составлен по принципу от общего к частному; в нем присутствует описание как минимум пяти-шести статей. Присутствует точка зрения автора, аргументированная оценка изученного материала.

Создание каталога статей, опубликованных в научных журналах, по кругу проблем, изучаемых в ходе курса. Каталог в буквальном смысле этого слова — список, перечень работ, составленный в определенном порядке: перечень книг, рукописей, картин, музейных экспонатов и т. п. Мы имеем в виду список статей, учебных пособий, монографий, диссертационных исследований, имеющих отношение к заявленной теме. Этот перечень в данном

случае подчиняется алфавитному порядку, который составляется в соответствии с ГОСТом. В нем указываются автор, название работы, место издания, издательство, год издания, количество страниц.

Подготовка реферата. Реферативные работы различаются по видам. Обычно выделяют: критическую рецензию, аналитический обзор и критический анализ дискурса. Структура реферата определяется его видом.

Критическая рецензия включает:

– обоснование актуальности анализируемой работы;

– представление позиции автора (следует учесть, что позиция автора может присутствовать в как бы скрытом виде, в таком случае ее необходимо выделить и аргументировать);

– сопоставление позиции автора с теоретическими взглядами других ученых;

– анализ представленных доказательств теоретической позиции автора (следует учесть, что доказательства могут быть теоретическими и экспериментальными: если доказательства теоретические, то необходимо проанализировать их логику; если доказательства экспериментальные — обратить внимание на выбор методики эксперимента, условий его проведения, обоснованность и достаточность математической обработки);

– характер изложения материала (ясность, полнота и пр.);

– выводы, сделанные на основе проведенного анализа, отвечающие на вопросы: что является особенно ценным в работе? Что требует дополнительной проверки или уточнения?

Аналитический обзор по проблеме представляет собой анализ и сопоставление работ, выявление данных, подтверждающих или опровергающих общепринятые подходы к решению научной задачи. При этом сопоставление не может ограничиваться только сравнением выводов и авторских обобщенных формулировок. Желательно указывать конкретные факты, стоящие за обобщенными выводами. Обзор заканчивается краткими выводами, которые включают: перечисление уже исследованных аспектов проблемы; результаты исследований; дискуссионные вопросы; новые аспекты для дальнейшего изучения.

Выделяют две формы аналитического обзора по проблеме, которые представляют и этапы работы с литературными источниками. Первая форма основана на изложении истории изучения проблемы, она позволяет рассмотреть, что нового внесли те или иные исследователи. Вторая форма — это анализ современного состояния проблемы, при котором рассматриваемые работы группируются по признаку общности.

Критический анализ дискурса — это изучение противоположных точек зрения по какому-либо проблемному вопросу. Целью критического анализа является выявление существа спора. Для составления критического анализа студенту необходимо выявить сущность точки зрения по каждой позиции, выяснить какие факты или теоретические положения послужили основой для того или иного взгляда на проблему.

Независимо от вида реферативной работы, студенту необходимо, прежде всего, составить план и обсудить его с преподавателем. Реферат должен иметь титульный лист, оглавление с указанием страниц и список использованной литературы, в который включаются лишь те работы, на которые есть ссылки в тексте.

Работа над рефератом не заканчивается после написания текста. Первому варианту желательно дать ему «отлежаться», то есть не читать его в течение какого-то времени. При повторной работе рекомендуется выполнить следующие действия:

– убрать тот материал, который не имеет прямого отношения к теме;
– убрать повторения;
– убрать слова и фразы, без которых смысл остается понятным;
– длинные предложения разбить на более короткие, чтобы облегчить понимание;
– постараться избавиться от деепричастных оборотов;
– уточнить правильность использования терминов;
– уточнить правильность написания слов и пунктуации;
– проверить цитаты и правильность ссылок;
– привести к единообразному употреблению терминов, сокращений, единиц измерения;

– проверить нумерацию страниц, таблиц, рисунков;

– заново переписать работу, прочитать и дать прочесть товарищу [27, с. 22].

Лев Николаевич Толстой писал: «Надо навсегда отбросить мысль писать без поправок. Переделывать три, четыре раза — это еще мало… Нужно писать начерно, не обдумывая места и правильность выражения мыслей. Второй раз переписывать, исключая все лишнее и давая настоящее место каждой мысли. Третий раз переписывать, обрабатывая правильность выражения» [27, с. 22].

Эссе как вид письменной работы, выражающий индивидуальное рассуждение автора по конкретному вопросу, основано на самостоятельном анализе предложенных источников и выражении авторской позиции по отношению к излагаемой проблеме. В процессе написания эссе студенту необходимо продемонстрировать умение кратко, но содержательно излагать ключевые положения и тезисы, содержащиеся в представленных к рассмотрению литературных источниках, умение анализировать имеющуюся научную информацию и аргументировано представлять авторский взгляд на рассмотренную проблему. Эссе направлено на развитие таких навыков, как самостоятельное творческое мышление и письменное изложение собственных мыслей с использованием понятийного аппарата отрасли знания. Написание эссе позволяет автору научиться формулировать мысли, структурировать информацию, использовать основные понятия, выделять причинно-следственные связи, иллюстрировать опыт соответствующими примерами, аргументировать свои выводы. При этом свободная форма позволяет в полной мере продемонстрировать творческие способности, нестандартность и гибкость мышления, навыки письменной коммуникации и эффективной самопрезентации.

Эссе не имеет жестко заданной структуры, так как она зависит от специфики конкретной темы и предпочтений автора. В общем виде эссе может иметь следующую *структуру*: титульный лист, введение, основная часть, заключение и список литературы.

Подбор текстов в художественной литературе по актуальным проблемам общей психологии. Эта деятельность предполагает

обращение студентов к художественной литературе и нахождение в ней тех эпизодов, которые выступают в роли конкретных примеров психологических явлений, изучаемых в учебном курсе по той или иной теме.

При выполнении рефератов, докладов, эссе и др. важное значение имеет библиографическая проработка темы исследования. Библиографическая проработка преследует цель выяснить *что, где, кем и когда* было опубликовано по интересующей проблеме. Необходимо просмотреть все виды источников, содержание которых так или иначе связано с темой исследования. К числу таких источников относятся: систематические каталоги библиотек; различные реферативные издания; списки изданной научной литературы, которые приводятся каждый год в последних номерах специальных журналов (например, в «Вопросах психологии», в «Психологическом журнале» и т. д); списки использованной литературы, на которые ссылаются авторы книг и монографий, близкие к теме исследования.

Все публикации, попадающие в смысловое поле предмета исследования, надо фиксировать в стандартных каталожных карточках или в специально заведенной тетради, причем надо обязательно указывать выходные данные каждой книги или статьи: их полное название, фамилию, имя, отчество автора, издательство, год и место издания, объем в страницах. Это необходимо делать для того, чтобы потом при окончательном оформлении работы и составлении списка использованной литературы не тратить повторно время на поиски забытого года издания какой-либо книги, инициалов ее автора или других библиографических данных.

Полезно (и даже необходимо!) ознакомиться с иностранными источниками. Техника их поиска в принципе такая же, как и нашей отечественной литературы. Надо только владеть иностранным языком.

Определив основной круг источников по теме исследования, студент должен тщательно их изучить. Самые общие рекомендации и советы:

– начинать чтение литературы следует с крупных, фундаментальных работ тех ученых, которые внесли наибольший научный вклад в изучение рассматриваемой проблемы;

– знакомство с любой отобранной книгой надо начинать с общего беглого просмотра ее содержания, а не читать «от корки до корки»;

– нередко после предварительного знакомства выясняется, что читать книгу полностью нет никакой необходимостью — достаточно прочитать лишь отдельные ее разделы или главы;

– знакомиться вначале надо с хронологически новыми работами, т. е. вышедшими в свет в последние годы, а затем уже переходить к старым;

– однако, это не относится к фундаментальным классическим работам, с которыми необходимо знакомиться в первую очередь;

– по ходу чтения целесообразно делать критические замечания, давать свою оценку прочитанного;

– с этой целью некоторые авторы рекомендуют страницу тетради, в которой ведется конспект прочитанного, делить вертикальной чертой пополам — с левой стороны делать выписки из литературного источника, а с правой — записывать свои замечания, оценки и комментарии по поводу прочитанного;

– очень важно при изучении научной литературы выработать у себя привычку постоянно обдумывать воспринимаемую информацию, фиксировать собственные мысли и рассуждения, которые возникают по ходу чтения, а также проводить первоначальную систематизацию прочитанного материала, например, обращать внимание на то, как разные исследователи определяют то или иной понятие, какие теоретические подходы реализуются в литературе при изучении поставленной проблемы, какие используются методы и т. д.;

– в процессе работы с литературными источниками при выполнении разных видов самостоятельной работы могут встречаться новые или непонятные термины, с которыми необходимо проводить следующую работу: находить их значения, используя специальную литературу (словари, энциклопедии и пр.); целесообразно сделать личный словарь терминов.

Для работы с литературой по общей психологии могут быть использованы следующие печатные материалы и Интернет-ресурсы:

– Большой психологический словарь / сост. и общ. ред. Б.Г. Мещеряков, В.П. Зинченко. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. – 672 с.;

– Кондаков И.М. Психология: Иллюстрированный словарь. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. – 512 с.;

– Психологический словарь / под ред. В.В. Давыдова, А.В. Запорожца, Б.Ф. Ломова и др. – М.: Педагогика, 1983. – 448 с.;

– Психологический словарь / под общ. ред. А.В. Ярошевского. – 2-е изд., испр. доп. – М.: Политиздат, 1990. – 459 с.;

– Ребер А. Большой толковый психологический словарь: в 2 т. – М.: ВЕЧЕ, 2000. – 1152 с.;

– Оксфордский толковый словарь по психологии / под ред. А. Ребера. 2002. – URL: https://vocabulary.ru/slovari/oksfordskii-tolkovyi-slovar-po-psihologii.html;

– Различные термины и определения // Сборник словарей, энциклопедий и справочников. URL: http://glossword.info/index.php/list/73-raznlichnye-terminy-i-opredelenija/1.xhtml;

– Портал экзистенциальной и гуманистической психологии. – URL: http://hpsy.ru/;

– Электронная психологическая библиотека. – URL: http://www.persev.ru/book;

– Библиотека учебной и научной литературы Русского Гуманитарного Интернет-университета. – URL: http://sbiblio.com/biblio;

– Электронный журнал «Психолого-педагогические исследования». – URL: http://www.psyedu.ru (специализированное научно-практическое издание, предназначенное для широкого круга читателей: психологов, педагогов, студентов, изучающих психологию и др.);

– Электронная версия журнала «Вопросы психологии». – URL: http://www.voppsy.ru/;

– Международный электронный журнал «Культурно-историческая психология» // Портал психологических изданий. – URL: http://www.psyjournals.ru/kip/ (периодическое специализированное научное издание для психологов, историков и методологов науки, философов, дефектологов, антропологов — специалистов

в смежных областях фундаментального и прикладного человекознания);

– «Московский психологический журнал», издаваемый при содействии Московской психотерапевтической академии и Института прикладной психологии. – URL: http://magazine.mospsy.ru/ (первое отечественное издание, целиком посвященное вопросам психотерапии и психологического консультирования; специализированное, психологическое, научно-аналитическое издание).

Любая форма работы с научными текстами предполагает строгое соблюдение правил цитирования и ссылок на используемые литературные источники.

Приведем основные требования к библиографическому описанию книги или статьи (см. Приложение 1).

Описание статьи. Сведения об авторах. Основное заглавие / Фамилия автора (инициалы перед фамилией) // Сведения об издании. – Где опубликована статья. – Год. – Номер. – Страницы. (Если в сборнике есть составители или научные редакторы, их надо указывать).

Примеры оформления:

а) статья в журнале: Азарова Л.Н. Процесс формирования исследовательской позиции студентов / Л.Н. Азарова // Современное образование: традиции и инновации: научно-методический журнал. – 2015. – № 3. – С. 253–255;

б) статья в сборнике (два автора): Поставнев В.М., Поставнева И.В. Духовное «измерение» психологической готовности приемных родителей / В.М. Поставнев, И.В. Поставнева // Ребенок в образовательном пространстве мегаполиса: материалы всероссийской научно-практической конференции / под ред. О.И. Ключко. – Текстовое электрон. издан. – СПб.: НИЦ АРТ, 2016. – С. 60–67.

Описание книги. Сведения об авторах. Основное заглавие / Фамилия автора (инициалы перед фамилией). – Сведения о повторном издании (если переиздавалось). – Место издания: Издательство, год издания. – Количество страниц (если у книги несколько авторов, то перед названием выносится только первый

и с инициалами после фамилии. Все авторы, если их не более трех, указываются после названия и косой линии с инициалами перед фамилией. Если у книги более трех авторов, то после указания первых трех авторов пишется «и др.»).

Пример оформления:

а) у книги 1–2 автора: Савенков А.И. Психология детской одаренности / А.И. Савенков. – М.: Генезис, 2010. – 440 с.

б) у книги несколько авторов: Ларионова Л.И. Теоретические подходы и методики по изучению одаренных детей: учебное пособие / Л.И. Ларионова, Н.А. Алаева, Е.В. Швецова. – Иркутск: Изд-во Иркутского государственного педагогического университета, 2001. – 244 с.

Для наглядного представления результатов самостоятельной работы с литературой (эссе, доклада, реферата и др.) на занятии может использоваться *презентация* в программе Power Point в виде последовательности слайдов, отражающих основные этапы проделанной работы или основные единицы собранного материала.

Практическая работа включает обсуждение результатов практических заданий для самостоятельной работы, а также выполнение на занятии теста, методики или решение психологических задач и упражнений с последующим обсуждением результатов.

Решение задач — это один из наиболее эффективных и распространенных методов организации познавательной деятельности студентов. При самостоятельном решении психологических задач студенты получают возможность применять полученные знания по курсу психологии на практике. Решение задач вызывает у студентов интерес к психологии как науке, способствует закреплению усвоенных знаний, а также проявлению и развитию творческих способностей.

Наибольший образовательный эффект имеют *практические задачи*. Содержание практических задач отражает актуальные для общей психологии проблемы. Образовательная ценность решения практических задач состоит в том, что обучающийся сам должен разработать алгоритм для решения практической задачи.

Познавательная деятельность обучающегося в данном случае носит исследовательский характер, поскольку требуется не просто найти решение как ответ на задачу, а определить рациональные способы анализа ситуации и пути решения подобных проблем вообще.

Особая роль отводится задачам, имеющим проблемный характер. Решение таких задач позволяет студентам осмыслить ситуации, требующие от педагогического работника принятия неотложных решений, не выходя за пределы своих должностных обязанностей и не нарушая прав участников образовательного процесса. Сталкиваясь с проблемной ситуацией, студент должен определить: есть ли в ней проблема и в чем она состоит, определить свое отношение к ситуации, предложить варианты решения проблемы. Работа с проблемными ситуациями, направленными на развитие общекультурной и профессиональной компетентности студентов, как правило, проводится в малых группах. Содержание ситуаций должно отражать проблемы, актуальные для профессиональной деятельности учителя. Разбор проблемных ситуаций проводится в группах, затем варианты решения обсуждаются всеми студентами.

При анализе практической задачи и вариантов ее решения студент может ориентироваться на следующую последовательность действий:

– описать практическую задачу;

– приступать к анализу задачи по результатам выяснения основного содержания проблемы;

– рассмотреть задачу с разных позиций: педагогического работника (учителя), школьного администратора, социального работника, педагога-психолога, омбудсмена.

На основе анализа студент формулирует ответы на следующие вопросы:

1. Насколько типична рассматриваемая ситуация?
2. Каковы факторы, определяющие развитие ситуации?
3. Какие психологические закономерности проявляются в развертывании проблемной ситуации?

4. Каковы ресурсы участников ситуации, необходимые для достижения положительного результата?

5. Кого можно отнести к участникам проблемной ситуации, и какую они могут оказать помощь в разрешении возникшей проблемы?

По итогам разбора проблемных ситуаций студент выполняет задания. За основу может быть взять примерный план выполнения заданий:

– перечислить систему мероприятий, которые необходимо осуществлять для решения подобных ситуаций с обоснованием предложений;

– указать источники информации, которые следует использовать при оценке данной ситуации;

– назвать область практики, в отношении которой обучающийся испытывает дефицит знаний для продуктивной работы над задачей;

– описать опыт, полученный в ходе разбора и решения практической задачи;

– отметить возможности использования в своей работе опыта, приобретенного в процессе анализа ситуации.

В конце занятия студентам предлагается итоговое тестирование по изученной теме.

Исследовательская задача — это мини-исследование, направленное на изучение особенностей протекания того или иного психического процесса, тех или иных особенностей проявления черт личности. Приступая к выполнению задачи такого типа, следует понять и сформулировать цель и задачи исследования, основные этапы ее выполнения. Завершением исследовательской работы является представление результатов. Вид представления научных результатов условно может быть разделен на три подвида: устное изложение, публикация, компьютерная версия. Главное требование к научному тексту — последовательность и логичность изложения.

Методические рекомендации — это текст, в котором в сжатой и четкой форме содержатся предписания по организации того или иного процесса. Формулируются рекомендации на основе изученного материала (прочитанного лекционного материала,

материала учебников и научных статей, решенных практических и исследовательских задач). Методические рекомендации должны быть сформулированы таким образом, чтобы у респондентов возникло желание следовать им, а также понимание, как именно их следует выполнять.

Оценка самостоятельной работы студентов

Готовность студента к занятию определяется умением отвечать на вопросы, используя рекомендованную литературу, и наличием отчетной документации, собранной в процессе изучения темы (конспекты, эссе, собранный и обработанный материал по указанным методикам, решение психологических задач и упражнений).

В рамках дисциплины проводится текущий контроль успеваемости по каждому разделу учебной дисциплины, целью которого является определение уровня освоения обучающимися образовательной программы. Он включает в себя контроль знаний на аудиторных и внеаудиторных занятиях, а также результатов выполнения самостоятельной работы студентов.

Учебные достижения студентов по всем видам заданий в ходе текущего и рубежного контроля оцениваются по балльно-рейтинговой системе в соответствии с Положением о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации. Для определения результатов освоения дисциплины применяется 100-балльная шкала. Шкала перевода 100-балльной системы оценивания качества освоения студентами дисциплины в пятибалльную систему оценивания: 0–50 баллов — *«неудовлетворительно»,* 51–65 баллов — *«удовлетворительно»,* 66–80 баллов — *«хорошо»*, 81–100 баллов — *«отлично».* Необходимый минимум для прохождения межсессионной аттестации составляет 26 баллов, необходимый минимум для прохождения промежуточной аттестации — 51 балл.

Виды заданий, критерии их оценивания и распределение баллов по видам контроля определяются на основе *Технологической карты*. Так, максимальный балл при оценивании конспекта, эссе и задачи — от 7 баллов.

Ниже представлены показатели и критерии оценки результатов самостоятельной работы студентов по разным видам деятельности.

Критерии и показатели оценки участия в дискуссии

Критерий	Показатели
Общая характеристика выступления — 3 балла	1. Научный стиль изложения собственной позиции. 2. Ссылки на определения и закономерности, описанные в научной литературе. 3. Ссылки на результаты собственных исследований. *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*
Обозначение собственной позиции — 2 балла	1. Способность четко сформулировать собственную позицию. 2. Способность привести аргументы в ее защиту. *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*
Культура обсуждения — 3 балла	1. Умение слышать оппонентов. 2. Видеть позитивные моменты в противоположных точках зрения. 3. Способность аккумулировать и обобщать результаты обсуждения. *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*

Критерии и показатели оценки конспекта

Критерий	Показатели
Степень раскрытия основного содержания научной работы — 5 баллов	1. Структурированность и логичность (опора на причинно-следственные связи) изложения материала. 2. Умение использовать основные понятия. 3. Умение четкого формулирования основных теоретических положений. 4. Наличие обоснованной авторской позиции, иллюстрированной соответствующими примерами. 5. Умение вычленять выводы. *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*
Соблюдение требований к оформлению — 2 балла	1. Отсутствие орфографических, пунктуационных, стилистических, фактических ошибок. 2. Соблюдение требований к оформлению *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*

Критерии и показатели оценки обзора статей

Критерий	Показатели
Соблюдение авторских прав — 4 балла	1. Названы авторы всех статей. 2. Указаны издания или сайты, на которых они опубликованы. 3. Указаны страницы, на которых опубликованы статьи, или даты доступа (для сайтов). 4. Показатель оригинальности представленного текста составляет не менее 80 %. *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*
Культура обсуждения — 4 балла	1. Свободное владение материалом, способность пересказывать его содержание в отрыве от написанного текста. 2. Способность замечать то впечатление, которое вызывает изложение материала у слушателей. 3. Способность слышать замечания слушателей. 4. Лаконично отвечать на поставленные вопросы. *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*
Культура оформления — 4 балла	1. Указан автор обзора статей. 2. Дано название тексту. 3. Текст выстроен по принципу от общего к частному. 4. Отсутствие орфографических, пунктуационных, стилистических, фактических ошибок *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*

Критерии и показатели составления каталога статей

Критерий	Показатели
Культура оформления — 3 балла	1. В списке представлены научные работы за последние пять лет. 2. Оформление списка соответствует ГОСТу. 3. Количество статей. *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*
Содержание представленного материала — 3 балла	1. Названия статей соответствуют заявленной проблеме. *(Каждый показатель оценивается в 3 балл)*

Критерии и показатели оценки реферата

Критерий	Показатели
Степень раскрытия сущности проблемы — 3 балла	1. Соответствие содержания теме и плану реферата. 2. Наличие четкой и логичной структуры. 3. Точность формулировок. 4. Полнота и глубина раскрытия проблемы. 5. Аргументированность. 6. Обоснованность сделанных автором реферата. 7. Выводов и их соответствие поставленной цели. *(Каждый показатель оценивается в 0,5 балла)*
Новизна реферированного текста — 1 балл	1. Новизна и самостоятельность текста. 2. Наличие собственного взгляда на проблему, его обоснованность. *(Каждый показатель оценивается в 0,5 балла)*
Обоснованность выбора источников — 1 балл	1. Использование адекватных выбранной теме литературных источников. 2. Полнота использования литературных источников. *(Каждый показатель оценивается в 0,5 балла)*
Соблюдение требований к оформлению и грамотность — 2 балла	1. Правильное оформление цитат и ссылок на литературу. 2. Научный стиль. 3. Отсутствие орфографических, пунктуационных, стилистических, фактических ошибок. 4. Соблюдение требований к оформлению и объему реферата. *(Каждый показатель оценивается в 0,5 балла)*
Работа не принимается — 0 баллов	1. Работа является плагиатом. 2. Авторский вклад менее 80 %.

Критерии и показатели оценки эссе

Критерий	Показатели
Степень раскрытия сущности проблемы — 5 баллов	1. Соответствие темы эссе его содержанию. 2. Структурированность и логичность (опора на причинно-следственные связи) изложения материала. 3. Умение использовать основные понятия. 4. Наличие обоснованной авторской позиции, иллюстрированной соответствующими примерами. 5. Умение аргументировать свои выводы. *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*
Соблюдение требований к оформлению — 2 балла	1. Отсутствие орфографических, пунктуационных, стилистических, фактических ошибок. 2. Соблюдение требований к оформлению и объему эссе. *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*

Критерии и показатели оценки результатов подбора иллюстративного материала в художественной литературе

Критерий	Показатели
Соблюдение авторских прав — 3 балла	1. Назван автор художественного произведения. 2. Есть ссылка на издание или сайт, где оно опубликовано. 3. Указаны страницы издания, на которых содержится выделенная цитата. *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*
Содержание работы — 1 балла	1. Есть характеристики, указывающие на свойства и закономерности функционирования изучаемого явления. 2. Аргументация в пользу приведенного текста со ссылкой на конкретные определения и закономерности, описанные в прочитанных статьях и учебниках. 3. Количество найденных примеров. *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*

Критерий	Показатели
Культура обсуждения представленного материала — 2 балла	1. Умение слушать и слышать оппонентов. 2. Видеть позитивные моменты в противоположных точках зрения. 3. Способность аккумулировать и обобщать результаты обсуждения. *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*

Критерии и показатели оценки презентаций

Критерий	Показатели
Общий вид презентации — 5 баллов	1. Эстетический вид работы. 2. Отсутствие элементов, затрудняющих восприятие материала. 3. Отсутствие орфографических и синтаксических ошибок. 4. Объем представленной работы. 5. Чувства, которые возникают у зрителей при просмотре презентации. *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*
Соблюдение авторских прав — 2 балла	1. Ссылка на авторов, чей материал используется в презентации. 2. Ссылки на издания и сайты, где этот материал опубликован. *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*
Содержательная характеристика презентации — 4 балла	1. Степень научности представленного материала. 2. Соответствие текста презентации заявленной теме. 3. Соответствие иллюстраций текстовому материалу. 4. Уровень систематизации представленного материала. *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*
Культура обсуждения — 4 балла	1. Умение автора презентации разъяснить и объяснить каждый элемент, понятие, утверждение, которые имеют место в представленном материале. 2. Умение ответить на дополнительные вопросы, которые возникают у слушателей. 3. Умение аргументировать свою позицию. 4. Умение выслушать позицию оппонентов. *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*

Критерии и показатели оценки решения практических задач

Критерий	Показатели
Теоретическая обоснованность и практическая ценность решения — 1 балла	1. Использование теоретических психологических знаний в интерпретации проблемных практических ситуаций. 2. Реализация типового алгоритма решения проблемных ситуаций. 3. Отбор и формулировка основных вопросов для анализа проблемных ситуаций. 4. Исследовательский характер решения. 5. Обоснованность предложений по итогам аналитического разбора ситуации. *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*
Соблюдение требований к оформлению и грамотности — 2 балла	1. Отсутствие орфографических, пунктуационных, стилистических, фактических ошибок. 2. Соблюдение требований к оформлению текста. *(Каждый показатель оценивается в 1 балла)*

Критерии и показатели оценки выполнения исследовательской задачи

Критерий	Показатели
Научный аппарат исследования — 2 балла	1. Сформулированные цели адекватны содержанию исследовательской задач. 2. Основные шаги по решению исследовательской задачи прописаны в строгом соответствии с поставленными целями. *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*
Ход исследования — 2 балла	1. Выполнены все необходимые условия, предписанные исследовательской задачей. 2. Определена выборка исследования и описаны ее основные характеристики (возраст, пол, работа/учеба семейное положение). *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*
Поведение итогов — 2 балла	1. В выводах содержатся ответы на заявленные цели и на каждый намеченный в начале исследования шаг. 2. Приводится количественные данные в виде таблиц.

Критерий	Показатели
	3. Дается обоснованная интерпретация полученным результатам. *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*

Критерии и показатели оценки методических рекомендаций

Критерий	Показатели
Степень методологической и методической обоснованности — 3 балла	1. Прослеживается связь между изученным теоретическим материалом и каждой рекомендацией. 2. Прослеживается связь между выполненной практической или исследовательской задачей и текстом рекомендаций. 3. Имеет место так называемая «сенсорная очевидность» рекомендации (каждая рекомендация прописана так, что становится совершенно понятно, как именно она может быть выполнена). *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*
Соблюдение требований к оформлению — 2 балла	1. Отсутствие орфографических, пунктуационных, стилистических, фактических ошибок. 2. Соблюдение требований к оформлению и объему методических рекомендаций. *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*
Культура обсуждения — 4 балла	1. Умение слышать оппонентов. 2. Принимать их претензии. 3. Понимать чувства слушателей. 4. Вносить коррективы в методические рекомендации с учетом высказанных пожеланий. *(Каждый показатель оценивается в 1 балл)*

Вся отчетная документация (конспект, эссе, задача и др.) оформляется в соответствии с требованиями: формат страницы А4 (210 × 297 мм); поля: верхнее, нижнее и правое — 2 см, левое — 3 см; интервал полуторный; абзацный отступ — 1,25; размер (кегль) —14; тип — Times New Roman.

Р А З Д Е Л I I
ПРОГРАММА И АЛГОРИТМ ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ ПО ТЕМАМ КУРСА«ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ»

Г л а в а 1. Психология личности

Тема 1. Личность

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие о личности в психологии.
2. Соотношение понятий «человек», «личность», «индивид», «индивидуальность».
3. Биологическое и социальное формирование личности.
4. Структура личности.
5. Современные теории личности.

Информационный материал

Понятие о личности в психологии. Многие психологи [1; 2; 6] считают, человек имеет биосоциальную природу. Благодаря труду он вышел из животного мира и развился в обществе, вступая в общение с другими людьми с помощью языка. Так он стал *субъектом познания и активного преобразования действительности*.

Факт принадлежности к человеческому роду фиксируется в понятии *индивид*. ***Индивидом*** мы можем назвать и взрослого, нормального человека, и новорожденного, и идиота, не способного усвоить язык и простейшие навыки. Однако только первый из них является ***личностью***, т. е. социальным существом, включенным в общественные отношения и являющимся деятелем общественного развития [1; 2].

Появляясь на свет как индивид, человек становится личностью, и этот процесс имеет исторический характер. Еще в раннем детстве индивид включается в определенную исторически сложившуюся систему общественных отношений, которую

он застает уже готовой. Дальнейшее развитие человека внутри социальной группы создает такое переплетение отношений, которое формирует его как личность.

Однако было бы неправильно трактовать личность лишь в качестве пассивного продукта социальной среды и не видеть в личности активного деятеля. Процесс усвоения личностью социального опыта осуществляется через посредство внутреннего мира личности, в котором выражается отношение человека к тому, что он делает и что делается с ним. Активность проявляется в характерных для личности мотивах поведения, установках и способах действия, шире — в многообразной деятельности, направленной на преобразование окружающей действительности. Активность личности находит выражение в жизненной позиции, которую человек занимает, осознавая свое положение и место в жизни [6].

Одна из наиболее характерных сторон личности — ее ***индивидуальность***, под которой понимается неповторимое сочетание психологических особенностей человека. Сюда относятся характер, темперамент, особенности протекания психических процессов, совокупность преобладающих чувств и мотивов деятельности, сформировавшиеся способности. Нет двух людей с одинаковым сочетанием указанных психологических особенностей — личность человека неповторима в своей индивидуальности. Это обстоятельство во многом объясняет, к примеру, горечь утраты близкого человека, вместе с которым из нашей жизни безвозвратно уходит сложный ансамбль человеческих качеств и черт, невосстановимый и неповторимый в других людях. Вот почему личность — это прежде всего живой конкретный человек со своими достоинствами и недостатками, со своими сильными и слабыми сторонами, порожденными его активным участием в жизни общества, воспитанием и обучением [1; 3; 7].

Таким образом, в понятии «личность» фиксируется: первое — ее социальное происхождение, производное от системы общественных отношений, второе — активное начало, третье — социальная типичность, делающая личность «единицей», представителем общества, четвертое — индивидуальность как психическое своеобразие.

Соотношение понятий «личность», «индивид», «индивидуальность». Человек — существо биосоциальное. Он рождается, живет и умирает по законам биологии — в этом заключается его биологическая суть. В то же время он живет в обществе и приобретает социальные качества. Понятия «личность», «индивид» и «индивидуальность» отражают его двойственную природу.

Человек на свет рождается уже человеком. В понятии «***индивид***» воплощена родовая принадлежность человека. Индивидом можно считать и новорожденного, и взрослого на стадии дикости, и высокообразованного жителя цивилизованной страны [3].

Следовательно, говоря о конкретном человеке, что он индивид, мы по существу утверждаем, что он потенциально человек. Появляясь на свет как индивид, человек постепенно обретает особое социальное качество, становится личностью [4].

Личностью в психологии обозначается системное (социальное) качество, приобретаемое индивидом в предметной деятельности и общении и характеризующее меру представленности общественных отношений в индивиде.

Личность каждого человека наделена только ей присущим сочетанием психологических черт и особенностей, образующих ее индивидуальность, составляющих своеобразие человека, его отличие от других людей. ***Индивидуальность*** проявляется в чертах темперамента, характера, привычках, преобладающих интересах, в качествах познавательных процессов (восприятия, памяти, мышления, воображения), в способностях, индивидуальном стиле деятельности и т. д. [1; 2].

Подобно тому, как понятие «индивид» и «личность» не тождественны, личность и индивидуальность, в свою очередь, образуют единство, но не тождество.

По мнению А.Г. Асмолова, индивидом рождаются, личностью становятся, индивидуальность отстаивают.

Биологическое и социальное в психическом развитии человека. Соотношение биологических и социальных факторов в психическом развитии человека — одна из центральных

проблем в психологии. В ее решении выделяют несколько позиций. Согласно одной из них, развитие изначально предопределено ***наследственными задатками***. Смена периодов развития, порядок появления тех или иных психических процессов и свойств, уровень, которого они достигают в ходе развития, — все это наследственно предопределено. Все психическое развитие здесь сводят к росту, к количественному изменению уже имеющихся свойств, и отрицают развитие как появление новых качеств. Это теории биологизаторские. Одна из них в психологии известна под названием теории преформизма (С. Холл, А. Гезелл, Л. Термен) [9].

Вторая позиция представлена теориями, которые отдают предпочтение ***социальным факторам***. Согласно этой позиции, ребенок в момент рождения является «чистой доской», под влиянием внешних (социальных) условий в нем постепенно возникают все психические качества, свойственные человеку. К этому кругу теорий относят, например, концепцию бихевиоризма, которая не отрицает присутствия наследственности, но решающей роли в развитии психики ей не отводит [9].

Третья позиция в решении этого вопроса представлена теорией В. Штерна, получившей название «***теория конвергенции двух факторов***». Согласно этой теории. процесс психического развития определяется взаимодействием наследственности и среды.

Однако, по мнению отечественных психологов, только ***собственная деятельность*** ребенка по овладению действительностью является движущей силой развития ребенка как члена общества, его психики и сознания [4–7].

Структура личности. Наиболее известная структура личности была разработана К.К. Платоновым [8]. Ученый предложил рассматривать личность как динамическую биосоциальную иерархическую структуру. Подструктуры личности расположены таким образом, что нижележащие в большей степени определяются биологическими, а вышележащие — социальными факторами.

В концепции К.К. Платонова выделяются следующие подструктуры (от низших — к высшим):

1. ***Биопсихические свойства личности:*** половые, возрастные и типологические (темперамент) свойства личности. Процесс формирования черт этой подструктуры идет за счет *тренировки*, а сами свойства личности должны рассматриваться на *психофизиологическом* и *нейропсихологическом уровне.*

2. ***Индивидуальные особенности психических процессов:*** памяти, эмоций, ощущений, восприятия, мышления, восприятия, чувств, воли и др. Процесс формирования черт этой подструктуры осуществляется посредством *упражнения* и должен изучаться на *индивидуально-психологическом уровне.*

3. ***Опыт:*** знания, умения, навыки и привычки, формирующиеся через *обучение*. Свойства данной подструктуры необходимо рассматривать на *психолого-педагогическом уровне*.

4. ***Направленность и отношения личности:*** желания, интересы, склонности, стремления, идеалы, убеждения, мировоззрение. Данные свойства формируются посредством *воспитания* и должны изучаться на *социально-психологическом* уровне.

А.В. Петровским и В.А. Петровским [3] была разработана структура личности на основе персонологической теории. По мнению этих авторов, в *структуру* личности в первую очередь входит системная организация ее индивидуальности, т. е. внутрииндивидная ***(интраиндивидная)*** подсистема, представленная в строении темперамента, характера, способностей человека, необходимая, но недостаточная для понимания психологии личности.

Личность, являясь субъектом системы действительных отношений с обществом, с группами, в которых она интегрирована, не может быть заключена лишь в некое замкнутое пространство внутри органического тела индивида, а обнаруживает себя в пространстве межиндивидных отношений. Не сам по себе индивид, а процессы межличностного взаимодействия, в которые включены, по меньшей мере, два индивида (а фактически общность, группа), могут рассматриваться как проявления личности каждого из участников этого взаимодействия.

Из чего следует, что личность в системе своих «действительных отношений» как бы обретает свое особое бытие, отличающееся от телесного бытия индивида, и поэтому одну из характеристик структуры личности следует искать в «пространстве» вне органического тела, которое составляет ***интериндивидную*** подсистему личности.

Примечательно, что, переводя рассмотрение личности в межиндивидное «пространство», мы получаем возможность ответить на вопрос о том, что представляют собой такие описанные выше феномены, как самоопределение личности, внутригрупповая идентификация и др. Оказывается, что, когда характеристики и само существование личности не замыкаются «под кожей» индивида, а выносятся в межличностное «пространство», ложная альтернатива, порождаемая отождествлением понятий «индивид» и «личность» (либо личностное, либо групповое), оказывается преодоленной. Личностное выступает как проявление групповых взаимоотношений, групповое выступает в конкретной форме проявлений личности [3].

Интраиндивидная и ***интериндивидная*** подсистемы не покрывают все проявления личности. Есть возможность выделить третью составляющую структуры личности — ***метаиндивидную*** (надындивидную). Личность при этом не только выносится за рамки органического тела индивида, но и перемещается за пределы его наличных, существующих «здесь и теперь» связей с другими индивидами. В этом случае в центре внимания психолога оказываются «вклады» в других людей, которые субъект вольно или невольно осуществляется посредством своей деятельности. Индивид как личность тем самым выступает в качестве субъекта этих активно производимых преобразований интеллектуальной и эмоционально-волевой сферы, так или иначе связанных с ним людей. Речь идет об активном процессе своего рода продолжения себя в другом не только в момент воздействия субъекта на других индивидов, но и за пределами непосредственного сиюминутного актуального взаимодействия [3].

Процесс и результат запечатления субъекта в других людях, его идеальной представленности и продолженности в них получил название ***персонализации*** [3].

Явление персонализации открывает возможность пояснить всегда волновавшую человечество проблему личного бессмертия. Если личность человека не сводиться к представленности ее в телесном субъекте, а продолжается в других людях, то со смертью индивида личность «полностью» не умирает.

Список использованной литературы

1. Маклаков А.Г. Общая психология / А.Г. Маклаков. – СПб.: Питер, 2015. – 583 с.
2. Общая психология и психология личности / под ред. А.А. Реана. – М.: АСТ; АСТ Москва; Прайм-Еврознак, 2011. – 639 с.
3. Петровский В.А. Человек над ситуацией / В.А. Петровский. – М.: Смысл, 2009. – 559 с.
4. Психология: учебник для гуманитарных вузов / под общ. ред. В.Н. Дружинина. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2009. – 656 с.
5. Психология XXI века: учебник для вузов / под ред. В.Н. Дружинина. – М.: ПЕРСЕ, 2003. – 863 с.
6. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2015. – 713 с.
7. Современная личность: Психологические исследования / отв. ред. М.И. Воловикова, И.Е. Харламенкова. – М.: Изд-во «Институт психологии Российской академии наук», 2012. – 392 с.
8. Структура личности // Психология XXI века: учебник для вузов / под ред. В.Н. Дружинина. – М.: ПЕРСЕ, 2003. – С. 600–612.
9. Теории личности // Психология / под ред. В.Н. Дружинина. – СПб.: Питер, 2009. – С. 359–396.

Самоподготовка к занятию

Студенту необходимо:

знать и понимать:

- ✓ основные определения личности и ключевых исследователей-психологов, занимавшихся проблемами изучения личности;
- ✓ условия и факторы развития личности: биологические предпосылки, социальные условия, внутреннюю позицию личности;

- ✓ структуру личности по К.К. Платонову;
- ✓ основные современные направления в зарубежных теориях личности: психоаналитическое (психодинамическое), бихевиористское, социально-когнитивное, гуманистическое, экзистенциальное и др.

уметь:

- ✓ формулировать основные психологические признаки личности человека;
- ✓ соотносить понятия «человек», «личность», «индивид», «индивидуальность»;
- ✓ раскрывать основные положения теорий личности, разработанные отечественными и зарубежными исследователями: З. Фрейдом, Г. Олпортом, Р. Кеттеллом, А. Бандурой, А. Маслоу, В.А. Петровским, К.К. Платоновым, А.Г. Асмоловым.

владеть:

- ✓ навыками дифференциации и анализа индивидных и личностных проявлений человека.

План самостоятельной работы

1. Прочитайте в рекомендованной литературе разделы, соответствующие вопросам для подготовки.

2. Найдите в психологической литературе и выпишите 15–20 определений личности, данных разными психологами, сравните их, объедините по смыслу (психологическим подходам) и занесите в специально составленную таблицу с указанием самого определения, его автора и той группы (подхода), к которой относится то или иное определение.

3. Ответьте на вопрос о том, какими психологическими признаками должен обладать человек для того, чтобы называться личностью.

4. Определите как соотносятся между собой понятия «личность», «индивид», «субъект», «индивидуальность», «человек».

5. Ответьте на вопрос о том, какой вклад в развитие личности вносят биологические предпосылки, социальные условия и внутренняя позиция личности.

6. Найдите в рекомендованной литературе необходимые для описания теории личности и выпишите их основные положения. Для облегчения понимания сопоставьте то, как в разных теориях понимается

мотивация личности, какие предлагаются компоненты структуры личности, как описывается процесс развития личности и насколько авторы теорий считают личность свободной в своих проявлениях или обусловленной внешними/внутренними факторами.

7. Отдельно составьте описание признаков «зрелой» личности по Г. Олпорту, А. Маслоу и приведите примеры проявлений зрелой и незрелой личности из известной вам художественной литературы.

Практические задания для самостоятельной работы

1. Понаблюдайте за поведением ребенка-дошкольника во время его прогулки и попытайтесь определить, какие его поведенческие проявления являются личностными, а какие — индивидными.

2. Проанализируйте, о какой характеристике личности здесь говорится и какими факторами она обусловлена?

А) «В гении то прекрасно, что он похож на всех, а на него — никто» [21, с. 120].

Б) «Двое смотрят вниз. Один — видит лужу, другой — звезды. Что — кому?!» [4].

В) «Если я не похож на тебя, то этим я не только тебя не оскорбляю, а напротив, обогащаю тебя» [36, с. 352].

Г) «В каждом человеке можно обнаружить простенький стержень, на котором человек поднимает флаг своей оригинальности» [10, с. 267–268].

3. О каких детерминантах личности говорится в приведенных текстах?

А) «…Действительное духовное богатство индивида всецело зависит от богатства его действительных отношений…» [19, с. 36].

Б) «Богатство личности — результат отражения богатства общества, коллектива, в котором она живет и развивается, с одной стороны, и максимальной личной активности, с другой стороны» [16, с. 20].

В) Внешние социальные факторы оказывают влияние на формирование личности человека, преломляясь через внутренние условия ее жизни — природные и сформированные при жизни [40, с. 65].

4. Выполните самостоятельно методику 16-факторный опросник Р. Кеттелла [15]. Принесите на занятие обработанные результаты для последующей интерпретации.

Темы рефератов

1. Современные теории личности в отечественной психологии.
2. Современные теории личности в зарубежной психологии.
3. Направленность личности.
4. Устойчивость личности.
5. Структура личности по К.К. Платонову.
6. Персонологическая теория личности А.В. Петровского и В.А. Петровского.
7. Стадии развития личности по Э. Эриксону.
8. Сравнительный анализ различных определений личности.
9. Культурно-исторический подход к изучению личности.
10. Методы изучения личности.

Рекомендуемая литература

Основная:

1. Маклаков А.Г. Общая психология / А.Г. Маклаков. – СПб.: Питер, 2015. – 583 с.
2. Общая психология и психология личности / под ред. А.А. Реана. – М.: АСТ; АСТ Москва; Прайм-Еврознак, 2011. – 639 с.
3. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2015. – 713 с.
4. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб.: Питер, 2014. – 607 с.

Дополнительная:

1. Асмолов А.Г. Психология личности: принципы общепсихологического анализа / А.Г. Асмолов. – М.: Смысл, 2010. – 448 с.
2. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии: информационно-методические материалы к курсу «Общая психология» / М.В. Гамезо, И.А. Домашенко. – М.: Педагогическое общество России, 2004. – 276 с.

3. Куликов Л.В. Психология личности в трудах отечественных психологов: хрестоматия / Л.В. Куликов. – 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: Питер, 2009. – 464 с.

4. Мухина В.С. Феноменология развития и бытия личности / В.С. Мухина. – М.: МПСИ; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1999. – 635 с.

5. Общая психология: в 7 т. / под ред. Б.С. Братуся. – Т. 1. 0–28 Соколова Е.Е. Введение в психологию: учебник для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 352 с.

6. Петровский В.А. Человек над ситуацией / В.А. Петровский. – М.: Смысл, 2010. – 559 с.

Работа на занятии

План занятия

1. Дискуссия по вопросам, вынесенным на обсуждение.

2. Обсуждение результатов практических заданий для самостоятельной работы.

3. Выполните тест «Определение типов личности» (см. Приложение 3).

4. Итоговое тестирование.

ИТОГОВЫЙ ТЕСТ

1. Человек как носитель внутренней активности называется:

а) индивидом
б) личностью
в) индивидуальностью
г) субъектом

2. Личность можно определить, как совокупность:

а) мотивов деятельности
б) отношений к действительности
в) репрезентаций действительности
г) способностей человека

3. В структуру личности, по К.К. Платонову, не входят:

а) бессознательные процессы
б) интересы
в) знания, умения, навыки
г) черты характера

4. Теорию личности, разработанную Г. Олпортом, относят к:

а) психоаналитическим теориям
б) бихевиористским теориям
в) когнитивистским теориям
г) диспозициональным теориям

5. С точки зрения российской психологии, личность развивается в процессе:

а) биологического созревания
б) поведенческой тренировки
в) усвоения социального опыта
г) созревания психических функций

6. Конституциональные особенности являются свойством:

а) индивида
б) личности
в) субъекта
г) мозга

7. По А.Н. Леонтьеву, личность — это:

а) человек как носитель сознания
б) совокупность специфических для человека поведенческих реакций
в) социальное качество индивида, приобретаемое в обществе
г) субъект общественно полезной деятельности

8. Согласно А.В. Петровскому и В.А. Петровскому, интраиндивидный уровень личности — это:

а) проявление личности во взаимодействии с другими людьми
б) внутренняя психологическая структура личности
в) определенный «вклад» в личность другого человека
г) все ответы неверны

9. Для зрелой личности не характерно:

а) стремление к саморазвитию
б) инфантилизм
в) социальная автономия
г) цельная жизненная «философия»

Тема 2. Психология самосознания и Я-концепции

Вопросы для обсуждения:

1. Самосознание личности.
2. Кризис становления самосознания.
3. Структура и значение Я-концепции.
4. Самооценка как центральное образование личности.
5. Характеристика адекватной и неадекватной самооценки.

Информационный материал

Самосознание личности. *Кризисы становления самосознания.* В общей структуре личностной регуляции деятельности особое место занимает осознание человеком самого себя: свойств, особенностей, состояний. Высшим уровнем развития сознания является ***самосознание,*** выстраивающее сложную интегративную работу по согласованию и уравновешиванию человека с реальным миром.

Самосознание — это осознанное отношение человека к себе: своим потребностям и способностям, влечениям и мотивам поведения, мыслям и чувствам [8].

Самосознание состоит их трех базовых компонентов: ***самопознания*** (когнитивный компонент, заключающий в себе самоощущение, самонаблюдение и самоанализ); ***самоотношения*** (эмоционально-ценностный компонент, выражающийся в самочувствии, самолюбии, скромности, гордости); ***саморегуляции*** (действенно-волевой компонент, который выражается в сдержанности, самообладании, самоконтроле) [1; 12].

Особый подход к структуре самосознания представлен в концепции В.С. Мухиной. Согласно данной концепции, структура самосознания представляет собой единство пяти звеньев: 1 — идентификация с собственным именем и телом; 2 — притязание на признание; 3 — половая идентификация; 4 — психологическое времени (прошлое, настоящее и будущее) личности; 5 — социальное пространство личности (права и обязанности) [6]. Структурные звенья

самосознания являются исторически сложившимися устойчивыми инвариантами, присущими любому человеку вне зависимости от его этнической, культурной, религиозной и иной социальной принадлежности. При этом уникальным является ценностно-смысловое наполнение звеньев самосознания в различных культурах и обществах.

Функции самосознания связаны с выделением себя из среды, осознанием своего отличия от остального мира; пониманием мотивов и результатов своих действий и поступков; осознанием своей активности как субъекта деятельности, своих психических свойств, эмоциональной самооценки; осознанием себя через другого; морально-нравственной оценкой себя через осознание своего внутреннего опыта; пониманием себя как целостности, определением собственной идентичности, формированием представлений о себе [6; 8; 10; 11 и др.].

Кризис становления самосознания. Классики отечественной психологии считают, что самосознание — относительно поздний продукт развития сознания [4; 5; 8]. Прогресс развития самосознания связан с особенностями прохождения ребенком кризисных периодов развития (кризис одного года, кризис трех лет, кризис семи лет, подростковый кризис и пр.).

Процесс самопознания в раннем детстве, начинается с *познания ребенком себя как субъекта действия*, *выделения своего «Я»*.

Новорожденный ребенок не выделяет не только себя, но и других людей из слитной и недифференцированной ситуации, возникающей на основе его инстинктивных потребностей. В его сознании возникает так называемая ситуация «пра-мы», а отношение ребенка к миру является зависимым и производным от его непосредственных и ограниченных отношений к взрослому. Данный первый этап выделения субъекта из окружающего связан с *овладением собственным телом*, построением схемы тела (кризис одного года).

Кризис трех лет проявляется в осознании себя автором своих действий, в противопоставлении их совместным действиям со взрослыми («Я сам!»). Эти действия, которые знаменуют

существенный прогресс в развитии самосознания, служат проявлением обособления ребенка от взрослых, что нередко приводит к конфликтным ситуациям.

В семилетнем возрасте у ребенка возникает *осмысленная ориентировка в собственных переживаниях,* он становится способным их обобщать, появляется ориентация на общественные функции людей, нормы их поведения и смыслы деятельности. Симптомы кризиса семи лет (выражаются в «потере непосредственности», «манерничание», непослушании, феномене «горькой конфеты») свидетельствуют о появлении у ребенка внутренних переживаний, которые начинают регулировать дальнейшее поведение. В связи с этим в детской психике формируются такие сложные новообразования как самолюбие и самооценка [7].

На этапе подросткового кризиса ребенок начинает переживать «*чувство взрослости»* — отношение подростка к себе как к взрослому, ощущение и осознание себя в определенной мере взрослым человеком. Это — следующая веха на пути развития самосознания. Подросток открывает для себя свой *внутренний мир* — активно анализирует свои чувства и мысли. Таким образом происходит усложнение и углубление самопознания. Открытие для себя сложного содержания внутреннего мира может сопровождаться ощущением беспокойства и неуверенности, низкой и неустойчивой самооценкой. В столкновениях с запретами и в конфликтах с родителями подростки глубже узнают себя, свои возможности, удовлетворяют потребность в самоуважении и самоутверждении. Сверстники становятся эталоном для подражания.

Кризисный период завершается этапом ***самоопределения,*** осознанием себя в качестве члена общества, что конкретизируется в новой, общественно значимой позиции, с которой уже юноша начинает свою самостоятельную жизнь. Ко времени окончания средней школы юноши, как правило, обладают достаточно четким и устойчивым «образом Я», который обеспечивает возможность зрелой рефлексии [7].

Структура и значение Я-концепции. Понятие «Я-концепция» стало активно использоваться американскими психологами

А. Маслоу и К. Роджерсом. Детально данное понятие разработано Р. Бернсом, который определяет Я-концепцию как совокупность установок человека «на себя» [3]. Я-концепция включает три составляющих: когнитивную, оценочную и поведенческую.

Когнитивная составляющая Я-концепции — это представление индивида о себе. ***Оценочная*** составляющая — это личностное суждение о собственной ценности. Самооценка отражает степень развития у индивида чувства самоуважения, ощущение собственной ценности и позитивного отношения ко всему, что входит в сферу его Я. Низкая самооценка человека выражается в самоотрицании, неприятии себя, негативном отношении к своей личности.

Поведенческая составляющая заключается в том, как Я-концепция проявляется в определенных моделях поведения.

Значение Я-концепции. Как утверждает Р. Бернс, Я-концепция играет троякую роль: она способствует достижению внутренней согласованности личности, определяет интерпретацию человеком своего опыта, а также является источником ожиданий [3].

Я-концепция как средство обеспечения внутренней согласованности. Одним из базовых утверждений теории Я-концепции является то, что человеку присуще стремление к внутренней согласованности.

Переживания, мысли и чувства, которые вступают в противоречие с другими переживаниями, мыслями и чувствами способны привести к психологическому дискомфорту, внутреннему разладу личности. Л. Фестингер назвал подобное состояние когнитивным диссонансом [11]. Если новый опыт, полученный человеком, хорошо согласуется с существующими представлениями о себе, он легко ассимилируется и становится частью Я-концепции, работает на ее поддержку. В случае, если новый опыт не укладывается в наличные представления и противоречит уже сложившейся Я-концепции, то Я-концепция отторгает данную информацию, не позволяя ей разрушить себя, срабатывает как защитный механизм.

Я-концепция как интерпретация опыта. У человека существует потребность строить на основе собственных представлений о себе не только своё поведение, но и интерпретацию опыта.

Я-концепция как совокупность ожиданий. Я-концепция определяет также ожидания индивида (проекцию будущего), то есть его представления о том, что должно произойти [3].

Самооценка как центральное образование личности. Самооценка понимается как оценка человеком своих возможностей, качеств и места среди других людей. Это одна из значимых и достаточно изученных в психологии сторон самосознания. Самооценка является важным регулятором поведения и служит основанием для выбора тех или иных поведенческих моделей.

Самооценка выражает отношение индивида к себе, которое формируется постепенно и приобретает привычный характер; данное отношение проявляется в качестве убежденности человека в собственной ценности, в одобрении или неодобрении себя и своих действий [2].

Характеристика адекватной и неадекватной самооценки. Самооценка варьирует по шкалам: «высокая – низкая», «адекватная – неадекватная». Адекватная самооценка означает реалистичную оценку себя и является показателем психического здоровья. Наиболее оптимальной для развития личности является адекватно высокая самооценка. При неадекватной самооценке, которая может стать источником конфликтов, человек либо недооценивает, либо переоценивает себя. Завышенная самооценка проявляется в переоценке себя в ситуациях, которые не дают для этого повода. В результате человек сталкивается с противодействием окружающих, отвергающих его притязания, озлобляется, проявляет подозрительность, мнительность, агрессию, высокомерие, а также может утратить необходимые межличностные контакты, замкнуться в себе [2]. Завышенная самооценка нередко приводит к переживанию «стресса несбывшихся надежд» (по Г. Селье [9]), так как уровень притязаний выше его возможностей.

Очень низкая самооценка может привести к развитию комплекса неполноценности, устойчивой неуверенности в себе, отказу от инициативы, безразличию, самообвинению и повышенной тревожности.

Главным ориентиром для самооценки является «Я» глазами другого человека, т. е. представление индивида о том, что думают о нем другие люди: «Я-каким-меня-видят-другие» и «Я-каким-себя-вижу» — весьма сходны по своему содержанию (теория зеркального «Я»). Психологический механизм формирования самооценки связан с интериоризацией (перевод во внутренний план личности) социальных реакций на данного индивида. Фигурально выражаясь, человек склонен оценивать себя так, как, по его мнению, его оценивают другие.

Самооценка начинает формироваться в раннем детстве. Поэтому уровень самооценки ребенка определяется отношением к нему родителей и значимых взрослых. Недоброжелательное или безличное отношение к ребенку формирует у него низкую самооценку. Воспитание по типу «кумир семьи» способствует формированию неадекватной завышенной самооценки.

Таким образом, самооценка формируется на базе оценок окружающих, оценок результатов собственной деятельности, а также на основе соотношения реального и идеального представления о себе.

Список использованной литературы

1. Айсмонтас Б.Б. Общая психология: Схемы / Б.Б. Айсмонтас. – М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002. – 288 с.
2. Александрова Ю.В. Основы общей психологии / Ю.В. Александрова; под ред. А.В. Бородина. – М.: Современный гуманитарный университет, 1999. – 805 с.
3. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание: пер. с англ. / Р. Бернс. – М.: Прогресс, 1986. – 421 с.
4. Выготский Л.С. Психология / Л.С. Выготский. – М.: Апрель; Эксмо-Пресс, 2000. – 555 с.
5. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: Политиздат, 1975. – 304 с.
6. Мухина В.С. Феноменология развития и бытия личности / В.С. Мухина. – М.: МПСИ; Ворожен: НПО «МОДЭК», 1999. – 640 с.

7. Мухина В.С. Возрастная психология: Феноменология развития: учебник для студ. высш. учеб. заведений / В.С. Мухина. – 10-е изд., перераб. и доп. – М.: Академия, 2006. – 608 с.
8. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2015. – 713 с.
9. Селье Г. Стресс без дистресса: пер. с англ. / Г. Селье. – М.: Прогресс, 1982. – 128 с.
10. Столин В.В. Самосознание личности / В.В. Столин. – М.: Изд-во МГУ, 1983. – 286 с.
11. Фестингер Л. Теория когнитивного диссонанса / Л. Фестингер; пер. с англ. А. Анистратенко, И. Знаешева. – СПб.: Ювента, 1999. – 318 с.
12. Чеснокова И.И. Проблема самосознания в психологии / И.И. Чеснокова. – М.: Наука, 1977. – 144 с.

Самоподготовка к занятию

Студенту необходимо:

знать и понимать:

- ✓ чем отличается самосознание от Я-концепции;
- ✓ структуру самосознания по В.С. Мухиной, Б.Б. Айсмонтас и др.;
- ✓ компоненты Я-концепции по Р. Бернсу и И.С. Кону.

уметь:

- ✓ объяснить, как формируется самосознание в процессе индивидуального развития человека;
- ✓ различать самоотношение и самооценку, а также определять характер связи между ними.

владеть:

- ✓ навыками дифференциации адекватной и неадекватной самооценки человека.

План самостоятельной работы

1. Прочитайте в рекомендованной литературе разделы, соответствующие вопросам для подготовки.

2. Законспектируйте Главу 19. «Я-концепция личности» (с. 515–547) учебника «Общая психология и психология личности» под редакцией А.А. Реана.

3. Сформулируйте, чем отличается самосознание от Я-концепции.

4. Изобразите графически структурные звенья самосознания (по В.С. Мухиной) и компоненты Я-концепции (по Р. Бернсу и И.С. Кону).

5. Составьте таблицу, в которой дайте характеристику развития самосознания человека на разных возрастных этапах.

6. Сформулируйте, что такое самоотношение и самооценка, а также определите, как они связаны друг с другом.

7. Определите, в чем должно проявляться самоуважение человека.

8. Выясните, как формируется самооценка у человека в процессе индивидуального психического развития.

9. Сформулируйте признаки адекватной и неадекватной самооценки.

10. Выясните, как связано самопознание с личностным развитием человека.

Практические задания для самостоятельной работы

1. Напишите эссе, в котором изложите ваши соображения на тему «Что такое самопрезентация человека, и какими способами мы обычно презентируем себя в обществе?».

2. Выполните методику по изучению самоотношения личности (авторы В.В. Столин, С.Р. Пантелеев) (см. Приложение 4).

Темы рефератов

1. Самосознание личности.
2. Структура «Я» и ее исследование в различных научных школах.
3. Самооценка как центральное образование личности.
4. Я-концепция, ее роль в развитии личности.
5. Самоотношение (по В.В. Столину).
6. Диалогическая природа «Я».
7. Завышенная самооценка (комплекс нарциссизма).
8. Комплекс неполноценности.
9. Методы исследования самосознания.
10. Развитие самосознания в онтогенезе.

Рекомендуемая литература

Основная:

1. Маклаков А.Г. Общая психология / А.Г. Маклаков. – СПб.: Питер, 2015. – 583 с.
2. Общая психология и психология личности / под ред. А.А. Реана. – М.: АСТ, АСТ Москва; Прайм-Еврознак, 2011. – 639 с.
3. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2015. – 713 с.

Дополнительная:

1. Введение в психологию / под общ. ред. А.В. Петровского. – М.: Академия, 1996. – 496 с.
2. Захарова А.В. Структурно-динамическая модель самооценки / А.В. Захарова // Вопросы психологии. – 1989. – № 1. – С. 5–14.
3. Кон И.С. В поисках себя. Личность и ее самосознание / И.С. Кон. – М.: Политиздат, 1984. – 151 с.
4. Мухина В.С. Феноменология развития и бытия личности / В.С. Мухина. – М.: МПСИ; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1999. – 635 с.
5. Психология самосознания: хрестоматия / ред. Д.Я. Райгородский. – Самара: Бахрах-М, 2003. – 672 с.
6. Психология человека от рождения до смерти / под ред. А.А. Реана. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2004. – 683 с.
7. Самосознание и защитные механизмы личности / ред. Д.Я. Райгородский. – Самара: Бахрах-М, 2000. – 656 с.

Работа на занятии

План занятия

1. Дискуссия по вопросам, вынесенным на обсуждение.

2. Выполните методику изучения самооценки личности подростка (см. Приложение 5).

3. Итоговое тестирование.

ИТОГОВЫЙ ТЕСТ

1. По В.С. Мухиной, в структуру самосознания не входит такое звено как:

а) самопрезентация
б) имя
в) половая идентификация
г) психологическое время личности

2. Вставьте пропущенное слово.

Впервые ребенок начинает называть себя «Я» в .... возрасте.

3. Первым предложил идею Я-концепции психолог:

а) В. Вундт
б) У. Джеймс
в) Р. Бернс
г) К. Роджерс

4. Представления человека о самом себе называются:

а) Я-концепцией
б) рефлексией
в) самосознанием
г) самоотношением

5. Тенденция переоценивать себя в ситуациях, которые не дают для этого повода, называется:

а) Я-идеальным
б) сверхсознанием
в) завышенной самооценкой
г) все ответы верны

6. Самоуважение человека главным образом зависит от:

а) его объективных достижений
б) ощущения собственного предназначения
в) отношения исходного уровня притязаний к успеху
г) ожиданий окружающих

7. Сензитивным возрастом для развития самосознания является:
а) подростковый возраст
б) юношеский возраст
в) оба ответа неверны
г) оба ответа верны

8. Высокая зависимость личности от оценок окружающих людей указывает на:
а) незрелость личности
б) несформированность «Я»-концепции
в) низкую самооценку
г) неадекватную самооценку

Тема 3. Потребностно-мотивационная сфера

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие о мотивации. Функции мотивов.
2. Иерархия человеческих потребностей в теории А. Маслоу.
3. Теории мотивации в различных психологических школах.
4. Феномен выученной беспомощности.

Информационный материал

Понятие о мотивации. Иерархия человеческих потребностей в теории А. Маслоу. ***Мотивация*** — определяется как совокупность психических процессов, которые придают энергетический импульс и общую направленность поведению [2]. Мотивация — это движущие силы поведения, а проблема мотивации фактически является проблемой поиска причин поведения субъекта. В психологии разработано большое количество теорий мотивации [5], которые в основном укладываются в две принципиально различные методологические традиции.

Одну традицию образуют бихевиористский и когнитивистский подходы, которые являются строго экспериментальными

и реализуются в логике и традициях естественнонаучного знания. Каждая теория мотивации строится путем выдвижения общих постулатов, базовых положений, из которых затем выводятся следствия, подвергающиеся экспериментальной проверке. Таким образом осуществляется корректировка и развитие исходных положений теории.

Другая традиция объединяет психоаналитические и гуманистические концепции, которые разрабатываются и применяются преимущественно в психологической практике (психологическом консультировании, психотерапии). Несмотря на признание научным сообществом, данные теории часто не имеют экспериментального подтверждения своих постулатов, однако показывают свою действенность и эффективность в практической работе психологов. Один из основателей гуманистической психологии А. Маслоу выделил две группы потребностей — потребности фундаментальные (базовые) и мета-мотивационные [1]. Иерархия (так называемая, «пирамида») ***фундаментальных*** (базовых) потребностей выглядит следующим образом: физиологические потребности (пища, вода, сон и т. д.); потребность в безопасности (стабильность, порядок); потребность в любви и принадлежности (семья, дружба); потребность в уважении (самоуважение, признание); потребность в самоактуализации (развитие способностей). ***Мета-мотивационные*** потребности реализуют высшие ценности человека: потребность в совершенстве, справедливости, красоте, истине. Невозможность удовлетворения базовых психологических потребностей, считает А. Маслоу, приводит к болезням и разного рода расстройствам, которые принято называть неврозами и психозами. Неудовлетворение высших, мета-мотивационных потребностей или утрата человеком ценностных ориентиров, приводит к расстройствам, которые А. Маслоу назвал общей или частичной мета-патологией [1].

Психология выученной беспомощности. Выученная беспомощность — это форма поведения, описанная американским психологом М. Селигманом, которая приобретается при систематическом негативном воздействии, избежать которого нельзя [4].

В экспериментах М. Селигмана был получен любопытный результат: собаки, которые достаточно долгое время не могли избежать ударов электрическим током, в новых ситуациях, где уже могли их избежать, не предпринимали для этого никаких попыток. В дальнейшем данная закономерность была зафиксирована и у человека, у которого выученная беспомощность проявляется в отказе от поиска дальнейшего решения проблем. Выученная беспомощность является существенной проблемой педагогики, связанной с низкой успеваемостью отстающих учеников.

В данном случае речь идет о формировании *порочного замкнутого круга*, когда низкий уровень знаний или неспособность донести свои знания до учителя наказывается плохой оценкой и моральным осуждением. При этом методы наказания не мобилизуют учащегося на активную учебу, а окончательно его демобилизуют, способствуют еще большему отставанию, что влечет за собой отрицательные отметки. Иногда переживание беспомощности возникает как результат отсутствия педагогического такта у учителей. Нередко учителя позволяют себе крайне негативные высказывания относительно ограниченных возможностей своих учеников, например: «все равно ты никогда не научишься», «ты никогда не вылезешь из двоек», «у тебя никогда выше тройки не будет» и т. п. При этом педагоги не задумываются над тем, какой вред они причиняют личности учащихся [3].

Выученную беспомощность можно охарактеризовать тем, что наступает торможение моторной активности, теряется способность к научению, а также появляются психосоматические расстройства. Еще одна ее особенность заключается в том, что она обладает тенденцией к генерализации, т. е., возникая в одной сфере жизнедеятельности, беспомощность переносится на другие, — происходит отказ от попыток решения задач. В конце концов это приводит к депрессивным состояниям, для которых характерно ощущение, что все усилия, предпринимаемые для решения проблемы, будут неэффективны и бесполезны, и человек отказывается от попыток что-то изменить.

Помощь беспомощному. Основной задачей школы является формирование личности, а для ее становления выученная беспомощность является намного более опасной, чем для получения

образования. Отказ от поиска решения проблем — это болезнь личности и регресс ее развития. Любые интересы (не имеющие, разумеется, антисоциальной направленности) должны поощряться для того, чтобы помочь человеку избавиться от выученной беспомощности и укрепить свои отношения с окружающими. В определенном смысле учителям, родителям и друзьям необходимо выполнять функцию психотерапевтов, так как отказ от поиска угрожает не только личностному здоровью, но и здоровью соматическому. С этой аномалией развития личности невозможно справиться без посторонней помощи. Поэтому опора, которую молодой человек может обрести в теплых взаимоотношениях с близкими, является крайне важной. Данная опора не означает принятия или поощрения лени, пассивного поведения и уклонения от обязанностей. Важно, чтобы стимуляция деятельности не носила характер односторонних и приведших к беспомощности наказаний. Следует помнить о том, что ведущее к беспомощности обучение, само является беспомощным [3].

Список использованной литературы

1. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – СПб.: Питер, 2009. – 434 с.
2. Психология: учебник для гуманитарных вузов / под общ. ред. В.Н. Дружинина. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2009. – 656 с.
3. Ротенберг В.С., Бондаренко С.М. Беспомощное обучение и обученная беспомощность / В.С. Ротенберг, С.М. Бондаренко // Педагогическая психология: хрестоматия / сост. В.Н. Карандашев, Н.В. Носова, О.Н. Щепелина. – СПб.: Питер, 2006. – С. 42–47.
4. Селигман М. Путь к процветанию. Новое понимание счастья и благополучия / М. Селигман; пер. с англ. Е. Межевич, С. Филина. – М.: Манн; Иванов и Фербер, 2013. – 440 с.
5. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – СПб.: Питер; М.: Смысл, 2003. – 860 с.

Самоподготовка к занятию

Студенту необходимо:

знать и понимать:

- ✓ иерархию человеческих потребностей в теории А. Маслоу;
- ✓ функции мотивов;
- ✓ виды мотивов: импульсы, влечения, стремления, желания, интересы, идеалы и др.;
- ✓ основные теории мотивации, разработанные У. Мак-Дугаллом, З. Фрейдом, К. Холлом, К. Левиным, Г. Олпортом, А. Маслоу;
- ✓ специфику разных видов мотивации: мотивации достижении успеха и мотивации избегания неудачи;
- ✓ сущность феномена выученной беспомощности (М. Селигман).

уметь:

- ✓ различать потребность и нужду;
- ✓ различать квазипотребности и истинные потребности (по К. Левину).

владеть:

- ✓ понятиями «потребность», «мотив».

План самостоятельной работы

1. Прочитайте в рекомендованной литературе разделы, соответствующие вопросам для подготовки.

2. Законспектируйте Главу 15. «Мотивация» (с. 413–448) учебника «Общая психология и психология личности» под редакцией А.А. Реана и Главу 22. «Направленность и мотивы деятельности личности» (22.2–22.4) учебника А.Г. Маклакова «Общая психология».

3. Перерисуйте в тетрадь «пирамиду потребностей» из указанного учебника А.Г. Маклакова и выучите ее.

4. Запишите и выучите определения по К. Левину квазипотребностей и истинных потребностей.

5. Перечислите и объясните функции мотивов и виды мотивов.

6. Сформулируйте основные положения теорий мотивации У. Мак-Дугалла, З. Фрейда, К. Холла, К. Левина, Г. Олпорта, А. Маслоу.

7. Устно опишите специфику разных видов мотивации: мотивации достижении успеха и мотивации избегания неудачи.

8. Сформулируйте, в чем заключается феномен выученной беспомощности (М. Селигман).

9. Сформулируйте, что такое «функциональная автономия мотивов» (Г.У. Олпорт).

10. Определите, что такое направленность личности и каковы закономерности мотивации просоциального и агрессивного поведения личности.

Практические задания для самостоятельной работы

1. Приведите пять-семь примеров собственных квазипотребностей и истинных потребностей.

2. Опишите два-три примера из вашей жизни, в которых проявился феномен выученной беспомощности.

3. Прочитайте отрывок из романа И. Уоллеса «Фан-клуб». Проанализируйте потребностную сферу каждого персонажа, попытайтесь сформулировать предположения об их возрасте, личностных особенностях, притязаниях социальном статусе и пр.

«Механик, катаясь по софе, выходил из себя от радости свершения своих надежд.

— По четверти миллиона на каждого, — повторял он без конца, обалдев от счастья. Это был единственный раз, когда он почувствовал подлинную теплоту в его голосе. — Вообразите только, вообразите, как изменится наша жизнь в эту субботу. Больше никаких забот! Никакой борьбы. Мы будем важными персонами: щелкнешь пальцами — и все готово, как будто мы Гетти или Онассисы.

— Я все время пытаюсь представить себе такую жизнь, — счастливо лепетал Страховой агент, — и не знаю, что сделаю в первую очередь.

— Мы сможем получить все, чтобы усладить свои души, — согласился Бухгалтер, но затем, призадумавшись, добавил маленький совет, что всегда было характерно для него. — Конечно, было бы разумно вложить большую часть средств в свободные от налогов муниципальные акции. Это обеспечило бы регулярный доход.

— Сначала я хотел бы приобрести все те вещи, о которых всегда мечтал, — заявил механик.

— Что, например? — заинтересовался страховой агент.

В этот момент выражение лица Механика мне напомнило несчастного сироту, которого вдруг усыновила богатая семья. И вот наступило первое Рождество в ней, и он растерялся, увидел дюжины подарков, нагроможденных горой под красочно убранной елкой.

— Что бы я хотел сделать с этой капустой? — Механик погрузился в эйфорические фантазии — необычное для него состояние, ведь ему совсем не были свойственны полеты воображения.

— …Одну вещь я знаю наверняка. — сказал он. — Не собираюсь вообще работать, и если когда-нибудь все же решусь на это снова, то это будет работа не на кого-то, а только на себя. Думаю, что начну искать новую квартиру. Может, куплю себе модное холостяцкое гнездышко, самый большой кондоминиум, который вы когда-либо видели, черт побери. А может — дом на пляже возле Марина дель Рэй, где можно прекрасно повеселиться, или где-нибудь в Малибу.

— Такая собственность на пляжах может оказаться весьма дорогой, — напомнил ему Бухгалтер.

— Ты говоришь об этом с толстосумом-богачом, — широко улыбаясь, ответил Механик. — Да, огромное владение, мое собственное, на берегу океана. …А затем куплю себе лучшую итальянскую спортивную машину, по специальному заказу, может быть, красный «феррари» или «ламбертини». И буду разъезжать в ней везде, как один из тех плейбоев из Южной Америки. После того, дайте подумать… наверное, все же сделаю вклады… А может, куплю настоящую гоночную машину — одну из бледно-зеленых «порше», с двенадцатью цилиндрами. Такую, над которой я смог бы покумекать немного, а потом принять участие в гонках по дорогам вокруг страны и выигрывать денежные призы и награды. Вот, все это для начала. Существует множество других вещей, которые мне также хотелось бы иметь. — Он ткнул бокалом в сторону страхового агента… — Ну, а как ты? Что ты собираешься сделать со своим богатством?

С сияющим мясистым лицом, в восторге от перспектив и подогретый алкоголем тот серьезно раздумывал над заданным вопросом.

— Ну, можешь мне поверить, я часто задумывался над тем, что бы сделал, если бы на меня свалилось неожиданное наследство, и немалое. Так что имею весьма неплохие идеи. Сначала, как и ты, почти немедленно бросил бы работу. Профессия продавца, конечно, имеет некоторые положительные аспекты, но, по существу, это унизительный

способ зарабатывать на жизнь. День — на месте, другой — в разъездах, постоянно в напряжении, всегда должен улыбаться, быть в хорошем настроении, частенько на тебя смотрят сверху вниз или вообще оскорбляют. Больше этого не будет, такая работа не для меня.

— Ну, а что бы ты сделал конкретно? — допытывался Бухгалтер.

— Ну, во-первых, я хотел бы установить трастовый фонд для Нэнси и Тимми — это мои малыши — так, чтобы о них всегда заботились в будущем. Затем, возможно, переехал бы в Беверли-Хиллс, купил бы один из тех прекрасных двухэтажных домов в испанском стиле на Родео или на Линден, дом с бассейном позади. Позволил бы жене декорировать и меблировать его. Она всегда хотела заняться чем-то таким. Конечно, стал бы членом какого-нибудь престижного гольф-клуба. Проводил бы там много времени, общаясь с людьми из высших слоев общества. И стал бы солидным инвестором на рынке ценных бумаг. Всегда чувствовал, что мог бы хорошо играть на бирже, может быть, удвоил бы свое состояние. И, наверное, для хобби — никогда не говорил об этом никому, потому что это казалось смешным, практически нереальным… я хотел бы снова возвратиться в футбол. Не для игры, конечно. Для этого я уже перебрался на другую сторону холма, к сожалению… Попытаться купить акции какого-нибудь синдиката, планирующего купить футбольное поле на выгодных условиях… и принять активное участие в создании команды. Например, стать помощником тренера… О да, — он повернулся у Бухгалтеру, — надеюсь, что попросил бы вас следить за моими акциями и заботиться о налогах…

— Благодарю за оказанное доверие, — торжественно произнес Бухгалтер. — …Боюсь, что мои собственные планы… бледнеют в сравнении с вашими. Но трудно приниматься за радикальные перемены в жизни, когда находишься в моем возрасте. Безусловно, не могу представить, что тут же брошу свое дело или изменю место жительства. Самое большое, что могу вообразить, — это купить большой дом в том же районе или, возможно, сделать пристройку к своему, если экономически это окажется выгодным. Кроме того, если только это возможно, рассмотрел бы варианты расширения моего дела, установив отношения партнерства и сняв более привлекательные помещения для офисов…

— Ну хватит нести ерунду, — поддразнил его Механик. — все это очень занудно… Позволь себе хоть немного радости, парень. У тебя будет четверть миллиона баксов. Купи себе, например, шикарный массажный салон…

Бухгалтер застенчиво улыбнулся.

— Ох, у меня были мысли такого рода… Одно, еще одно, последнее, дело, — сказал Бухгалтер почти стыдливо. — Мне бы хотелось съездить в Ганзу… Как вы знаете, я сторонник здоровой пищи… в результате я интересуюсь всем, …что способствует хорошему состоянию здоровья и таким образом удлиняет жизнь… Ганза — это отдаленная маленькая страна, …расположенная в предгорье Гималаев в северном Пакистане… Ганза уникальна во многих отношениях… Больше всего в Ганзе людей, переживших свое столетие… Никто не знает причину. Вероятно, существует множество факторов. Но одним из них определенно является диета. Средний человек в Ганзе потребляет 1923 калории в день. Люди там едят натуральную, необработанную пищу… Та здоровая пища, которую, как вы наблюдаете, я ем, заимствована из типичной диеты Ганзы. Это хлеб из грубого ячменя, сушеные абрикосы, яблоки, репа, йогурт, чай. Моей самой большой мечтой было бы посетить Ганзу, познать ее секреты и испить из ее Фонтана юности… Уже много лет я держу наготове паспорт, прямо у себя в офисе, и постоянно возобновляют его, на тот случай, если представится возможность съездить туда.

…И тут я заметил, что Механик разглядывает меня остекленевшим взором.

— Ты что-то совсем притих, малыш, ведь только что на тебя свалилось целое состояние.

— …Я вовсе не задумывался о том, как потрачу свою долю полученных столь неправедным путем денег…

— Ну, так как ты распорядишься ими? Повторил свой вопрос механик.

— Не знаю, — честно признался я. — Может быть, брошу свою работу на полставки, которая всегда мешала мне писать. Предполагаю, что теперь смогу все время и все способности отдать литературной деятельности. Может быть, захочу на время уехать из Лос-Анжелеса, пожить на Левом берегу в Париже, как для личного опыта, так и для стимулирования творчества. …Мне бы хотелось много путешествовать, увидеть мир… Считаю, что каждый автор нуждается в своем годе путешествий. Возможно, сделаю остановку на Майорке, в Венеции и Флоренции, в Самарканде и, быть может, в Афинах, Стамбуле. Не знаю. О других способах тратить эти деньги я пока не задумывался. …У меня не столь много желаний, которые можно купить за деньги» [34, с. 163–166].

Темы рефератов

1. Понятие мотива и мотивации.
2. Мотивация достижения успехов и избегания неудач.
3. Мотивация достижения и тревожность.
4. Выученная беспомощность по М. Селигману.
5. Структура потребностей по А. Маслоу.
6. Потребность в общении (аффиляция).
7. Мотивация власти.
8. Альтруизм, эмпатия и просоциальное поведение.
9. Мотивация агрессивности и фрустрации.
10. Мотивационно-психологические факторы, способствующие и препятствующие достижению успеха.

Рекомендуемая литература

Основная:

1. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2011. – 890 с.
2. Маклаков А.Г. Общая психология / А.Г. Маклаков. – СПб.: Питер, 2015. – 583 с.
3. Общая психология и психология личности / под ред. А.А. Реана. – М.: АСТ; АСТ Москва; Прайм-Еврознак, 2011. – 639 с.
4. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2015. – 713 с.
5. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб.: Питер, 2014. – 607 с.

Дополнительная:

1. Вилюнас В.К. Психология развития мотивации / В.К. Вилюнас. – СПб.: Речь, 2006. – 458 с.
2. Левин К. Динамическая психология: Избранные труды / К. Левин. – М.: Смысл, 2001. – 572 с.
3. Леонтьев А.Н. Лекции по общей психологии / А.Н. Леонтьев. – М.: Академия, Смысл, 2010. – 511 с.
4. Макклелланд Д. Мотивация человека / Д. Макклелланд. – СПб.: Питер, 2007. – 672 с.
5. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – 2-е изд. – СПб.: Питер; М.: Смысл, 2003. – 860 с.

Работа на занятии

План занятия

1. Дискуссия по вопросам, вынесенным на обсуждение.

2. Выполнение теста учебной мотивации студентов (А.А. Реан и В.А. Якунин, модификация Н.Ц. Бадмаевой) (см. Приложение 6).

3. Итоговое тестирование.

ИТОГОВЫЙ ТЕСТ

1. Выберите лишнее в данном списке:
а) влечение
б) импульс
в) желание
г) инстинкт

2. Автором «пирамиды потребностей» является:
а) А.Н. Леонтьев
б) К. Левин
в) У. Мак-Дугалл
г) А. Маслоу

3. Явление «встречи» потребности с потенциальным предметом ее удовлетворения называется:
а) целеполаганием
б) предвосхищением
в) опредмечиванием
г) намерением

4. Потребность в мобильном телефоне относится к:
а) квазипотребностям
б) влечением
в) истинным потребностям
г) потребностям в общении

5. Доминирующая мотивация личности, относительно не зависимая от наличной ситуации, называется:
а) авторитарностью
б) направленностью
в) убежденностью
г) доминантностью

6. Стремление человека к установлению теплых, дружеских отношений с другими людьми называют мотивом:

а) аффиляции
б) притязаний
в) достижений
г) аттракции

7. Снижение напряжения потребности в результате ее удовлетворения называется:

а) опредмечиванием
б) затуханием
в) насыщением
г) вытеснением

8. Психологом, рассматривавшим в качестве основной движущей силы человеческого поведения иррациональные инстинктивные побуждения, был:

а) К. Левин
б) У. Мак-Дугалл
в) А. Маслоу
г) Дж. Уотсон

9. «Функциональная автономия мотивов» предполагает, что мотивы поведения человека определяются:

а) его прошлым опытом, чаще всего детским
б) его автономным положением в обществе
в) его наличным состоянием и независимостью мотивов от прошлого опыта
г) устойчивым характером его деятельности

10. Расставьте в правильной последовательности потребности от низших к высшим (согласно «пирамиде потребностей»):

а) эстетические потребности
б) потребность в принадлежности и любви
в) физиологические потребности
г) потребность в самоактуализации
д) потребность в безопасности
е) потребность в уважении
ж) познавательные потребности

Тема 4. Эмоции

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие об эмоциях и чувствах. Функции эмоций.
2. Классификация эмоций и чувств.
3. Индивидуальные особенности эмоциональной сферы человека.

Информационный материал

Понятие об эмоциях и чувствах. Функции эмоций. «Эмоции», «чувства», «эмоциональные состояния» и «эмоциональные переживания» — категории, которые часто рассматривают как синонимичные понятия. При этом, сравнивая между собой категории «эмоции» и «чувства», можно подчеркнуть, что эмоциям приписывают свойство ситуативности, а чувства рассматривают как результат обобщения переживаемых в разных ситуациях эмоций.

По определению, и ***эмоции*** и ***чувства*** — своеобразное личностное отношение человека к окружающей действительности, другим людям и к самому себе. Важно подчеркнуть, что, если в познавательных процессах отражаются предметы и явления действительности, то в эмоциях и чувствах отражается *отношение* субъекта к ним.

Эмоции и чувства — это *психофизиологические* феномены, благодаря которым можно судить о переживаниях человека не только по самоотчету, но и по тем изменениям, которые происходят в психомоторике человека, его физиологических параметрах: мимике, пантомимике (позе), двигательным реакциям, голосу и вегетативным реакциям.

Эмоции (чувства) играют чрезвычайно важную роль в поведении и деятельности человека. В психологии говорят об отражательно-оценочной, управляющей, защитной, мобилизующей, компенсаторной, сигнальной *функциях* эмоций. Выделяют и дезорганизующую роль эмоций в поведении человека.

Классификация эмоций и чувств. Существует огромное множество подходов к классификации эмоций, эмоциональных состояний и чувств. Остановимся лишь на некоторых из них.

1. Согласно одному из принятых подходов, различают ***негативные*** (горе, печаль), ***позитивные*** (радость, счастье) и ***нейтральные*** эмоции. А такие эмоции как удивление, любознательность, интерес относят к разряду нейтральных эмоций. В основе данной классификации лежит критерий, получивший название «знак эмоции».

2. Следующий подход выделяет эмоции ***стенические*** и ***астенические***. Критерием выделения данных видов эмоций является их влияние на ход и успешность деятельности. *Стенические* — эмоции, способствующие успешному выполнению деятельности. *Астенические* — эмоции, препятствующие процессу успешного осуществления деятельности.

3. Различают ***низшие*** и ***высшие*** эмоции (чувства). Критерий выделения эмоций и чувств в данном случае — уровень эмоциональной сферы человека. ***Низшие эмоции*** даны от рождения. Они тесно связаны с успешностью удовлетворения потребностей. ***Высшие чувства*** — результат социальной жизни человека. Высшими называют нравственные, интеллектуальные, эстетические чувства.

Нравственные чувства (моральные) выражают отношение человека к человеку, к обществу. Среди них выделяются: любовь, сочувствие, сопереживание, уважение. ***Интеллектуальные*** чувства выражают отношение человека к процессу познания, его успешности или неуспешности. Любопытство, любознательность, интерес могут быть отнесены к ряду интеллектуальных чувств. Развитие интеллектуальных чувств происходит в единстве с познавательной деятельностью человека, которая порождает у него эмоциональный отклик, переживания, и связана с оценкой процесса познания и его результатов. ***Эстетические*** чувства выражают отношение субъекта не просто к различным фактам жизни, но и к их отображению в искусстве. Эти чувства проявляются в художественном вкусе человека и в тех оценках, которые

он дает воспринятому. Эти чувства проявляются в соответствующих оценках, художественных вкусах и переживаются как эмоции эстетического наслаждения и восторга или — в случае рассогласования их объекта с эстетическими критериями личности — как эмоции презрения, отвращения и т. п. Эстетические чувства являются продуктом культурного развития человека.

Уровень развитости и содержательности эстетических, нравственных и интеллектуальных чувств рассматривают как весьма важный показатель социальной зрелости человека.

4. Согласно еще одному подходу к классификации эмоций и чувств, можно вести речь еще об одной группе эмоциональных состояний — ***аффекты, настроение, страсть***. *Интенсивность* и *продолжительность во времени* — критерии их выделения. ***Аффекты*** — интенсивное, но кратковременное эмоциональное переживание. ***Страсть*** — интенсивное и продолжительное. ***Настроение*** — слабое по интенсивности, но длительное по времени эмоциональное состояние.

5. Еще одна группа эмоциональных состояний — ***стресс*** и ***фрустрация***. ***Стресс*** — термин, который используют для обозначения тех состояний человека, которые возникаю у него в ответ на разнообразные экстремальные воздействия. ***Фрустрация,*** по мнению Б.Г. Мещерякова и В.П. Зинченко, представляет собой психическое состояние, связанное с неуспехом в удовлетворении потребности или желания.

6. В концепции К. Изарда выделены ***основные*** эмоции: интерес, радость, удивление, страдание, гнев, отвращение, презрение, страх. Это еще один, далеко не последний, подход к классификации эмоций.

Индивидуальные особенности эмоциональной сферы личности связывают с различием в ***содержании*** чувств: в том, на что именно они направляются, и какое ***отношение*** человека к этому содержанию они выражают.

Различия эмоциональных переживаний личности также могут проявляться в сильной или слабой эмоциональной ***возбудимости,***

в большей или меньшей эмоциональной ***устойчивости***. Есть люди, которые легко воспламеняются и быстро гаснут, как и люди, у которых не сразу можно разжечь чувство, но, воспламенившись, они не скоро охладеют. Кроме того, можно различать: ***силу*** или интенсивность чувства и его ***глубину*.**

Список использованной литературы

1. Введение в психологию / под общ. ред. А.В. Петровского. – М.: Прогресс-Универс, 1995. – 496 с.
2. Вилюнас В.К. Психология эмоций / В.К. Вилюнас. – СПб.: Питер, 2004. – 496 с.
3. Гуревич П.С. Психология / П.С. Гуревич. – М.: Юрайт, 2013. – 608 с.
4. Леонтьев А.Н. Лекции по общей психологии / А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, 2001. – 511 с.
5. Психология: Учебник для гуманитарных вузов / под общ. ред. В.Н. Дружинина. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2009. – 656 с.
6. Психология: учебник и практикум для академического бакалавриата / под общ. ред. В.А. Сластенина, А.С. Обухова. – М.: Изд-во Юрайт, 2015. – 530 с.
7. Психология эмоций. Тексты / под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.: Изд-во Моск. Ун-та, 1984. – 288 с.
8. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2015. – 713 с.

Самоподготовка к занятию

Студенту необходимо:

знать и понимать:

- ✓ определение понятий «эмоции», «чувства»;
- ✓ основные подходы к классификации эмоций и чувств;
- ✓ индивидуальные особенности эмоциональной сферы личности.

уметь:

- ✓ описывать физиологические механизмы и поведенческие проявления эмоций;

- ✓ называть виды эмоций и чувств, приводить примеры, объясняя место и роль эмоций в жизни человека;
- ✓ раскрывать суть понятия «уровни эмоциональной сферы человека».

владеть:

- ✓ опытом определять и разъяснять ключевые понятия по теме «Эмоции»;
- ✓ опытом сопоставлять и сравнивать основные понятия;
- ✓ опытом проведения исследования по изучению особенностей эмоциональной сферы человека, выделяя в ее функционировании общие закономерности и индивидуальные особенности.

План самостоятельной работы

1. Прочитайте в рекомендованной литературе разделы, соответствующие вопросам для обсуждения.

2. Законспектируйте Лекцию 48. «Эмоциональные явления. Аффекты» (с. 461–469) и Лекцию 49. «Выражение эмоций. Эмоции, настроения, чувства» (с. 470–478) в книге А.Н. Леонтьева «Лекции по общей психологии», Главу 9. «Чувства» (с. 239–258) в учебнике под редакцией А.В. Петровского «Введение в психологию», Главу 8. «Эмоции и чувства» (с. 128–137) в учебнике под ред. В.Н. Дружинина «Психология».

3. Прочтите лекционный материал по теме «Эмоции», обратив внимание на авторов, идеи которых вас заинтересовали.

4. Составьте развернутый план прочитанного вами материала в письменной форме.

Практические задания для самостоятельной работы

1. Обратитесь к художественной литературе. В художественных произведениях (трех-четырех) найдите примеры описания эмоциональных переживаний людей разного возраста, пола, национальности, социальной принадлежности. Найденные вами примеры можно будет обсудить на занятии.

2. Определите уровень тревожности личности по тесту Дж. Тейлора (см. Приложение 7).

3. Подготовьтесь к дискуссии по основным вопросам темы, выделив в прочитанном материале спорные моменты.

Темы рефератов

1. Значение эмоций в жизни человека.
2. Психологические теории эмоций.
3. Функции и виды эмоций у человека.
4. Эмоции и современное художественное творчество.
5. Эмоции и личность.
6. Связь эмоций с потребностями человека.
7. Совесть как высшее эмоционально-моральное чувство.
8. Любовь как нравственное чувство.
9. Эмоции и человеческие взаимоотношения.
10. Развитие эмоциональной сферы у человека.

Рекомендуемая литература

Основная:

1. Гуревич П.С. Психология / П.С. Гуревич. – М.: Юрайт, 2013. – 608 с.
2. Маклаков А.Г. Общая психология / А.Г. Маклаков. – СПб.: Питер, 2015. – 583 с.
3. Психология: учебник и практикум для академического бакалавриата / под общ. ред. В.А. Сластенина, А.С. Обухова. – М.: Изд-во Юрайт, 2015. – 530 с.
4. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2015. – 713 с.

Дополнительная:

1. Бреслав Г.М. Психология эмоций / Г.М. Бреслав. – М.: Смысл; Академия, 2004. – 542 с.
2. Введение в психологию / под общ. ред. А.В. Петровского. – М.: Прогресс-Универс, 1995. – 496 с.
3. Вилюнас В.К. Психология эмоций / В.К. Вилюнас. – СПб.: Питер, 2004. – 496 с.

4. Выготский Л.С. Психология / Л.С. Выготский. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. – 1008 с.
5. Изард К. Психология эмоций / К. Изард. – СПб.: Питер, 1999. – 464 с.
6. Леонтьев А.Н. Лекции по общей психологии / А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, 2001. – 511 с.
7. Психология: учебник для гуманитарных вузов / под общ. ред. В.Н. Дружинина. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2009. – 656 с.
8. Психология эмоций. Тексты / под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.: Изд-во Моск. Ун-та, 1984. – 288 с.
9. Шаграева О.А. Общая психология в понятиях и определениях / О.А. Шаграева. – М.: МГПУ, 2008. – 154 с.

Работа на занятии

План занятия

1. Дискуссия по вопросам, вынесенным на обсуждение по теме «Эмоции».

2. Выполнение и обсуждение результатов исследовательской задачи по изучению индивидуальных особенностей эмоциональной сферы человека.

Исследовательская задача: «Что я предпочитаю переживать».

Цель исследования: выявить индивидуальные особенности эмоциональной сферы человека.

Инструкция: «Внимательно прочитайте перечень приятных переживаний и запишите номер того из них, которое вы больше всего любите испытывать. Если вы совершенно уверены в правильности своего ответа, заключите выписанный номер в кружок. Остальные номера расположите вправо по строчке в порядке предпочтения, которое вы отдаете одной эмоции перед другой. Отделите вертикальной чертой номера тех эмоций, которые вы явно предпочитаете остальным.

Пример: (9), 8, 4, 6 / 5, 7, 2, 1, 10.

Перечень переживаний

1. Чувство необычайного, таинственного, неизвестного, появляющееся в незнакомой местности, обстановке.

2. Радостное волнение, нетерпение при приобретении новых вещей. Предметов коллекционирования, удовольствие от мысли, что скоро станет еще больше.

3. Радостное возбуждение, подъем, увлеченность, когда работа идет хорошо, всегда видишь, что добиваешься успешных результатов.

4. Удовлетворение, гордость, подъем духа, когда можешь доказать свою ценность как личности или превосходство над соперниками, когда тобой искренне восхищаются.

5. Веселье, беззаботность. Хорошее физическое самочувствие, наслаждение вкусной едой, отдыхом, непринужденной обстановкой. Безопасностью и безмятежностью жизни.

6. Чувство радости и удовлетворения, когда удается сделать что-либо хорошее для дорогих людей.

7. Горячий интерес. Наслаждение при познании нового, при знакомстве с поразительными научными фактами. Радость и глубокое удовлетворение при достижении сути явлений, подтверждении ваших догадок и предположений.

8. Боевое возбуждение, чувство риска, упоение им. Азарт, острые ощущения в минуту борьбы, опасности.

9. Радость, хорошее настроение, симпатия, признательность, когда общаешься с людьми, которых уважаешь и любишь. Когда видишь дружбу и взаимопонимание. Когда сам получаешь помощь и одобрение со стороны других людей.

10. Своеобразное сладкое и красивое чувство, возникающее при восприятии природы или музыки, стихов и других произведений искусства.

После анализа полученных результатов вам станет более понятным собственный эмоциональный мир, а если вы сравните свои ответы с ответами друзей, может быть, лучше поймете и то, что притягивает вас друг к другу, и то, что порой разделяет вас.

Но важно помнить, что искренняя, глубокая дружба может объединять и людей с похожими «эмоциональными профилями», и тех, у кого они различны, по принципу взаимодополнения» [17, с. 200–201].

3. Выполнение методики «Самооценка эмоциональных состояний» (А. Уэссман, Д. Рикс) (см. Приложение 8).

4. Итоговое тестирование.

ИТОГОВЫЙ ТЕСТ

1. Эмоции — это:

а) сосредоточенность сознания на определенном объекте, обеспечивающее его особо ясное отражение

б) своеобразное личностное отношение человека к окружающей действительности и к самому себе

в) процесс отражения предметов и явлений в совокупности их свойств и частей при непосредственном воздействии их на органы чувств

2. Какой критерий классификации эмоций имеют в виду, когда говорят о негативных, позитивных и нейтральных эмоциях?

а) влияние на успешность деятельности

б) знак переживания

в) уровень эмоциональной сферы

г) интенсивность

д) уровень эмоциональной компетентности

3. Какой критерий классификации эмоций имеют в виду, когда говорят о стенических и астенических чувствах?

а) влияние на успешность деятельности

б) знак переживания

в) уровень эмоциональной сферы

г) интенсивность

д) уровень эмоциональной компетентности

4. Какой критерий классификации эмоций имеют в виду, когда говорят о высших и низших эмоциях?

а) влияние на успешность деятельности

б) знак

в) уровень эмоциональной сферы

г) интенсивность

д) уровень эмоциональной компетентности

5. Чувства, выражающие отношение человека к человеку и к обществу, — это чувства:

а) социальные

б) эстетические

в) интеллектуальные

г) нравственные

6. Чувства, выражающие отношение человека к процессу познания, — это чувства:

а) социальные
б) эстетические
в) интеллектуальные
г) нравственные

7. Чувства, отражающие и выражающие отношение субъекта к различным фактам жизни и их отображению в искусстве, — это чувства:

а) художественные
б) нравственные
в) интеллектуальные
г) эстетические

8. Установите соответствие:

1. Аффекты.	А. Интенсивное и продолжительное эмоциональное переживание
2. Страсть.	Б. Интенсивное, но кратковременное эмоциональное переживание
3. Настроение.	В. Слабая интенсивность, но длительное по времени

9. Установите соответствие между понятием и его определением:

1. Фрустрация.	А. Термин, используемый для обозначения обширного круга состояний человека, возникающих в ответ на разнообразные экстремальные воздействия
2. Стресс.	Б. Возникает в ситуациях конфликта, когда удовлетворение потребности наталкивается на непреодолимые или трудно преодолимые препятствия

10. Содержание, характер отношения, возбудимость, устойчивость, глубина, сила — это индивидуальные особенности:

а) эмоций
б) мышления
в) воображения
г) восприятия
д) ощущений
е) внимания

Тема 5. Воля

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие о воле в психологии.
2. Характеристика волевых действий и волевой регуляции поведения.
3. Структура волевого действия.
4. Компоненты воли (А.Ц. Пуни).

Информационный материал

Понятие о воле в психологии. Все действия человека можно условно разделить на *импульсивные,* которые непосредственно вызываются субъективными желаниями (голод, жажда и пр.), и *волевые,* связанные с необходимостью преодоления препятствий удовлетворения потребностей и активно преобразующими действительность.

Долгое время считалось, что для управления волевыми действиями у человека существует особая психическая способность — «воля» [2; 5]. Однако, как считает В.А. Иванников, «воля» есть не более, чем теоретическая конструкция, понятие, используемое в психологии для объяснения трех типов ситуаций:

1) порождение мотивационно необеспеченных, но необходимых по решению человека действий;

2) выбор в ситуации равнопривлекательных альтернатив поведения;

3) намеренная регуляция исполнительных действий и психических процессов и состояний [1].

В.А. Иванников полагает, что под понятием воли скрывается психический механизм, который можно назвать «волевой регуляцией действий» [1]. Следует различать непроизвольную, произвольную и волевую регуляцию действий. *Непроизвольная регуляция* характеризуется достаточностью условий для автоматического исполнения действий и решения различных задач. В *произвольной регуляции* субъект действия вынужден намеренно регулировать отдельные параметры действий и психических процессов.

Волевая регуляция есть разновидность произвольной регуляции; она осуществляется через осознанное, намеренное изменение смысла действия или через создание нового, дополнительного смысла действия, когда первый смысл заставляет принимать действие к исполнению, а второй, намеренно созданный, восполняет дефицит побуждения. Поскольку волевое действие часто является поступком, который характеризует личность, а средством волевой регуляции является изменение смысла действия (личностное образование), то можно считать, что волевая регуляция представляет личностный уровень произвольной регуляции.

Таким образом, воля проявляется как высшая психическая функция (ВПФ), которая, как и другие ВПФ, оказывается социальной по происхождению и осознанной по способу функционирования.

Характеристика волевых действий и волевой регуляции поведения. Общие характеристики волевого действия (по В.А. Иванникову [1]):

1) является осознанным, целенаправленным, намеренным, принятым к осуществлению по собственному сознательному решению;

2) есть действие, необходимое по внешним (социальным) или личным причинам, т. е. всегда существуют основания, по которым действие принимается к исполнению;

3) имеет исходный и проявляющийся при его осуществлении дефицит побуждения (или торможения);

4) в итоге обеспечивается дополнительным побуждением (торможением) за счет функционирования определенных механизмов и заканчивается достижением намеченной цели.

Структура волевого акта включает в себя последовательность нескольких этапов: 1) побуждение к совершению действия (желание/влечение); 2) осмысление цели действия; 3) появление дополнительных и контр-мотивов; 4) борьба мотивов; 5) принятие решения о действии; 6) волевое усилие; 7) исполнение волевого действия (внутреннее/внешнее).

Компоненты воли. А.Ц. Пуни [3] выделил три компонента в любом волевом действии:

1. Познавательный компонент — заключается в поиске правильных решений, контроле за их выполнением и оценке результатов действия.
2. Исполнительный компонент — заключается в регуляции выполнения действия через сознательное самопринуждение.
3. Эмоциональный компонент — заключается в усилении познавательных и исполнительных процессов через самомотивирование. Как правило, это происходит путем актуализации моральных мотивов действия — человек начинает переживать воодушевление, чувство долга, чести и т. п. [3].

К волевым проявлениям личности относят феномен, названный американским психологом Дж. Роттером ***«локусом контроля»*** — приписывание личностью своих успехов и неудач преимущественно внешним (экстернальный локус контроля) или внутренним (интернальный локус контроля) причинам [4].

На основе совершения волевых действий у личности могут формироваться волевые качества: решительность, целеустремленность, настойчивость, упорство, уверенность, инициативность, самостоятельность, смелость, терпеливость, энергичность и др.

Список использованной литературы

1. Иванников В.А. Психологические механизмы волевой регуляции / В.А. Иванников. – 3-е изд. – СПб.: Питер, 2006. – 208 с.
2. Ильин Е.П. Психология воли / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2000. – 288 с.
3. Пуни А.Ц. Психологические основы волевой подготовки в спорте: учеб. пособие / А.Ц. Пуни. – Л.: ГДОИФК, 1977. – 48 с.
4. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб.: Питер, 2014. – 607 с.
5. Щербаков Е.П. Функциональная структура воли / Е.П. Щербаков. – 2-е изд. испр. и доп. – Омск: Изд-во ОмГА, 2015. – 210 с.

Самоподготовка к занятию

Студенту необходимо:

знать и понимать:

- ✓ какие типы ситуаций объясняются понятием «воля» в психологии;
- ✓ специфику непроизвольной, произвольной и волевой регуляции поведения;
- ✓ структуру волевого акта;
- ✓ компоненты воли: познавательный, исполнительный, эмоциональный (А.Ц. Пуни).

уметь:

- ✓ описывать признаки волевого действия и приводить примеры проявления разных волевых качеств;
- ✓ выделять познавательный, исполнительный, эмоциональный компоненты воли человека в реальных жизненных ситуациях.

владеть:

- ✓ навыками распознавания волевых действий и волевых качеств человека;
- ✓ навыками анализа структуры волевого акта.

План самостоятельной работы

1. Прочитайте в рекомендованной литературе разделы, соответствующие вопросам для подготовки. Законспектируйте Главу 12. «Воля» (с. 310–350) учебника «Общая психология и психология личности» под редакцией А.А. Реана.

2. Перерисуйте из учебника схему волевого действия.

3. Выясните, в чем заключаются физиологические механизмы волевого акта.

4. Законспектируйте Лекцию «Проблема воли в современной психологии» (с. 185–203) из книги «Психологические механизмы волевой регуляции» В.А. Иванникова.

5. Выпишите и запомните признаки волевого действия, а также определения непроизвольной, произвольной и волевой регуляции поведения.

6. Составьте схему волевого акта и схему компонентов волевого действия.

7. Запомните основные волевые качества личности и приведите примеры их проявлений.

Практические задания для самостоятельной работы

1. Решите задачи:

А) Почему нельзя согласиться со всеми высказываниями, которые здесь приводятся? Какие из них и в чем соответствуют, а какие — противоречат принципу детерминизма?

а) «Не в воображаемой независимости от законов природы заключается свобода, а в познании этих законов и в основанной на этом знании возможности планомерно заставлять законы природы действовать для определенных целей» [45, с. 116].

б) «Хотя обстоятельства жизни люди игнорировать не могут и не должны, тем не менее их действия зависят не только от обстоятельств, но и от них самих, от их свободной воли» [39, с. 29].

в) «Если все материально обусловлено, то человеческой воле не остается никакого выбора, а где нет выбора — там неприменим критерий моральной ценности» [3, с. 63].

г) Научный подход к пониманию сущности воли «базируется на признании детерминированности воли и всех волевых проявлений объективными условиями жизни и деятельности людей» [42, с. 313].

д) «Поскольку человек способен по своему усмотрению, независимо от внешних условий, усилием собственной воли принимать любые решения и совершать соответствующие этим решениям действия, то это доказывает на практике, что воля не подвластна внешнему миру, наоборот, она подчиняет себе наши мысли и действия, наше собственное тело» [42, с. 312].

Б) Выберите линию поведения учителя, которая поможет мобилизовать волю ученика к дальнейшей работе. Какой эффект воспитательного воздействия достигается в каждом из этих случаев?

а) Учитель обращается к ученице: «Ты понимаешь, что ты говоришь?» Та молчит, потом говорит: «Понимаю», смотря себе под ноги.

Учитель: «Ничего ты не понимаешь. Садись». (Смех в классе).

б) Ученик, получавший все время тройки, прекрасно подготовил очередной урок и получил пятерку…

«С нашим Петровым что-то стряслось, — с шуточной тревогой в голосе обратился учитель к классу. — Я вынужден ему поставить пятерку».

в) «Разве ты не можешь, Витя, на каждом уроке отвечать так же хорошо, как сегодня? Разве ты не можешь быть у нас отличником? Как же тебе не совестно?».

г) «Сегодня твой ответ меня не удовлетворяет. Ты, видно, недостаточно поработал, постарайся дело исправить, ты это можешь».

д) «Твои ответы еще не удовлетворяют, но я чувствую, что ты подтягиваешься. Еще больше усилий, и мы тебя сравняем с классом» [25, с. 68].

Темы рефератов

1. Понятие, признаки и проявление воли у человека.
2. Волевая регуляция поведения.
3. Значение воли в организации деятельности и общения человека.
4. Основные направления и пути развития воли.
5. Становление волевых качеств личности.
6. Методы изучения воли.
7. Связь саморегуляции с деятельностью.
8. Развитие воли в онтогенезе.
9. Игры у детей и их значение в развитии воли.

Рекомендуемая литература

Основная:

1. Маклаков А.Г. Общая психология / А.Г. Маклаков. – СПб.: Питер, 2015. – 583 с.

2. Общая психология и психология личности / под ред. А.А. Реана. – М.: АСТ; АСТ Москва; Прайм-Еврознак, 2011. – 639 с.

3. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2015. — 713 с.

4. Щербаков Е.П. Функциональная структура воли / Е.П. Щербаков. – 2-е изд. испр. и доп. – Омск: ОмГА, 2015. – 210 с.

Дополнительная:

1. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии: информационно-методические материалы к курсу «Общая психология» / М.В. Гамезо, И.А. Домашенко. – М.: Педагогическое общество России, 2004. – 276 с.

2. Иванников В.А. Психологические механизмы волевой регуляции / В.А. Иванников. – 3-е изд. – СПб.: Питер, 2006. – 208 с.

3. Ильин Е.П. Психология воли / Е.П. Ильин. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2009. – 368 с.

4. Рогов Е.И. Эмоции и воля / Е.И. Рогов. – М.: Владос, 1999. – 240 с.

5. Селиванов В.И. Волевая регуляция активности личности / В.И. Селиванов // Психологический журнал. – 1982. – Т. 3. – № 4. – С. 14–24.

6. Селиванов В.И. Дискуссионные вопросы психологии воли / В.И Селиванов // Психологический журнал. – 1986. – Т. 7. – № 6. – С. 110–121.

Работа на занятии

План занятия

1. Дискуссия по вопросам, вынесенным на обсуждение.

2. Итоговое тестирование.

ИТОГОВЫЙ ТЕСТ

1. Выберите из списка то качество, которое относится к волевым:
а) стабильность
б) выдержка
в) любознательность
г) реактивность
д) эмоциональность

2. Вид регуляции действий, характеризующийся достаточностью условий для их автоматического исполнения:
а) волевая регуляция
б) произвольная регуляция
в) непроизвольная регуляция

3. Выберите действие, которое не относится к волевым:
а) действие, осуществляемое при дефиците побуждения
б) целенаправленное действие
в) действие, необходимое по внешним или внутренним причинам
г) действие, осуществляемое в составе сложного навыка

4. Волевое усилие относится к:
а) этапам волевого акта
б) волевым качествам личности
в) борьбе мотивов
г) непроизвольной регуляции поведения

5. Студент, чувствующий необходимость начать готовиться к экзамену, однако при этом переживающий желание отдыхать с друзьями, находится на этапе:
а) осмысления цели действия
б) борьбы мотивов
в) начала волевого усилия
г) исполнения волевого действия

6. Утомленный схваткой боксер перед выходом на ринг в последнем раунде убеждает себя в том, что ему нужно победить во что бы то ни стало ради защиты чести страны. Данная ситуация демонстрирует:
а) непроизвольную регуляцию поведения
б) произвольную регуляцию поведения
в) волевую регуляцию поведения

7. Оценка результатов волевого действия относится к:
а) познавательному компоненту волевого действия
б) этапу осмысления цели действия в структуре волевого акта
в) этапу борьбы мотивов в структуре волевого акта
г) исполнительному компоненту волевого действия

8. Опоздавший на работу человек в объяснительной записке начальству пишет, что причиной опоздания явились несколько событий: несработавший будильник, автомобильные пробки по дороге на работу и застрявший лифт. Тем самым работник демонстрирует явление:
а) недостатка воли
б) внешнего локуса контроля
в) доминирования внешних раздражителей
г) борьбы мотивов в структуре волевого акта

Тема 6. Способности и одаренность

Вопросы для обсуждения:

1. Понятия о способностях. Структура способностей.
2. Общие и специальные способности.
3. Понятия об одаренности. Модели одаренности.
4. Психологическая характеристика одаренного ребенка.

Информационный материал

Понятие о способностях. Структура способностей. Согласно достаточно распространенному и общепринятому определению, ***способности*** — это психологические особенности человека, от которых зависит успешность приобретения знаний, умений, навыков, хотя, как принято считать, сами они к наличию этих знаний, навыков и умений не сводятся. Конкретизируя приведенное определение, авторы ряда работ обращают внимание на то, что способности — это такие черты личности и особенности психики человека, которые отвечают требованиям деятельности и обеспечивают высокие достижения в ней.

Структура способностей. Говоря о структуре способностей, можно иметь в виду разные позиции, каждая из которых наполняет представления о возможной структуре способностей разным содержанием.

Так, если иметь в виду, что структура способностей определяется требованиями *конкретной деятельности,* то очевидно, что она будет отличной для различных видов деятельности.

Среди свойств и особенностей психики и личности, образующих структуру конкретной способности, одни занимают *ведущее* положение, другие — *вспомогательное*.

В ряду индивидуально-типологических особенностей развития способностей называют принадлежность человека к одному из типов людей — художественному или мыслительному. *Художественному* типу присуща яркость образов, возникающих

в результате непосредственного воздействия, живого впечатления, эмоций. Для *мыслительного* типа характерно преобладание абстракций, логичность построений, теоретизирования.

Важно понимать, что способности не врожденны (А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн и др.). Врожденны лишь анатомо-физиологические особенности способностей — ***задатки.*** *Задатки* — морфологические и функциональные особенности строения мозга, органов чувств и движения, органические особенности и свойства нервной системы человека.

Задатки — важное условие развития способностей. Но они не являются тем, что раз и навсегда могло бы предопределить их уровень развития. *Задатки* — это лишь природные предпосылки способностей, которые могут развиться в самых разных направлениях. Неоспоримым условием успешного развития способностей выступает деятельность: в деятельности способности не только обнаруживают себя и реализуются, но и развиваются.

Нельзя не принимать во внимание и то весьма позитивное обстоятельство, что при отсутствии необходимых задатков или при относительной слабости развития одних способностей, их дефицит может быть восполнен, ***скомпенсирован*** за счет более высокого развития других способностей. Но особенности воспитания и обучения, специфика системы образования, потребности общества, отношение общества и государства к человеку в конечном итоге определяют развитие способностей личности.

Общие и специальные способности. Можно говорить о *более общих способностях*, которые отвечают требованиям не одной, а многих видов деятельности, и о *специальных* качествах, отвечающих более узкому кругу требований данной деятельности.

К ***общим способностям*** относят: мыслительные способности, тонкость и точность ручных движений, высокоразвитую память, способности, проявляющиеся в общении, взаимодействии с людьми и др.

Специальные способности определяют успехи человека в специфических видах деятельности. К таким способностям

относят, например, музыкальные, математические, лингвистические, технические, литературные, художественно-творческие, спортивные и др. При этом наличие у человека общих способностей не исключает развития специальных способностей, и наоборот.

Понятие об одаренности. Модели одаренности. В настоящее время существует более ста определений одаренности, сформулированных, в основном зарубежными авторами [6 и др.].

Рассмотрим наиболее популярные модели одаренности, разработанные европейскими и американскими психологами. Среди многих, в том числе весьма сложных моделей структуры одаренности, заслуживает особого внимания «***трехкольцевая модель одаренности***» Дж. Рензулли (цит. по: [7]), созданная на основе изучения одаренных детей и взрослых. Она включает в себя три компонента: интеллект выше среднего, усиленную мотивацию и творческость (креативность). Из принятия такой структуры следует, что различия по умственной одаренности не сводятся к различиям по ее величине: различными могут быть соотношения «составляющих», относительная роль каждой из них. Автор считает, что этой моделью удобно пользоваться на практике, анализируя одаренность ребенка. При этом очень важно, что каждая из составных частей, и проявление одаренности в целом, имеет особенности в зависимости от возраста ребенка.

Мультифакторная модель одаренности предложена Ф. Монксом [6]. Эта модель интересна тем, что автор не выделяет интеллект в качестве составной части одаренности, как это сделано в модели Дж. Рензулли. Он предлагает несколько иные параметры: ставшую традиционной мотивацию, креативность и исключительные способности.

Понятие мотивации трактуется им так же, как принято другими исследователями (мотивация, связанная с ориентацией на задачу). Креативность объединяет широкий спектр качеств, необходимых для творчества. Понятие «исключительные способности» характеризует как бы внешнюю сторону одаренности. В сущности, данная модель представляет собой модифицированный и дополненный вариант концепции Дж. Рензули.

По мнению А.И. Савенкова [7], данная модель не дает достаточного представления о характере взаимодействия и соотношения внешних и внутренних факторов в становлении одаренности на уровне фенотипа. Поэтому им была разработана модель, ориентированная на решение педагогических задач.

Остановимся на кратной характеристике ***модели одаренности Иркутской психологической школы*** [3; 4], которая опирается на культурно-историческую теорию развития личности Л.С. Выготского и особенности российской национальной культуры. Здесь одаренность рассматривается:

– как динамическое интегральное личностное образование;

– включающее интеллектуальный компонент, креативность и духовность;

– как высший уровень развития личности, которое формируется в процессе взаимодействия с социокультурной средой и проявляется в высоких творческих достижениях [4].

Сама структура одаренности включает в себя три компонента: интеллект (выше 120), высокую креативность и духовность. В модели представлены факторы, влияющие на развитие одаренности. Это разные уровни культуры: макро-уровень (страна), мезо-уровень (регион), микро-уровень (ближайшее социальное окружение: учитель, коллектив, семья) [4].

Психологическая характеристика одаренного ребенка. Многие психологи [3–8] отмечают у одаренных детей высокий энергетический уровень. Их моторная координация и владение руками часто отстают от познавательных способностей. Разница в интеллектуальном и физическом развитии таких детей может приводить к формированию у них чувства неполноценности и развивать несамостоятельность.

У одаренных детей существуют отличия в когнитивной сфере. Восприятие окружающего мира у них носит многоплановый характер. По мнению ряда психологов, главное, что объединяет всех одаренных детей и в значительной степени отличает от обыкновенных, это так называемая умственная активность, связанная с познавательной потребностью. Одним из первых, кто описал

эту не насыщаемую потребность, был Н.С. Лейтес [5]. А, по мнению В.С. Юркевич, эта потребность является «мотором» развития одаренных детей. В.С. Юркевич считает, что дети становятся одаренными, благодаря позитивной социальной среде и ненасыщаемой познавательной потребности, благодаря чему их способности развиваются «семимильными шагами».

Специфические различия в одаренности обнаруживаются и в направленности интересов каждого конкретного человека. И это тоже имеет отношение к вопросу о структуре способностей.

Очень важной особенностью одаренных детей является разносторонность их способностей. Б.М. Теплов (цит. по: [4]) подчеркивал, что «талант многосторонен». И потому считал, что речь должна идти не о существовании разных одаренностей, а о широте самой одаренности. Он писал, что возможность успешно действовать в различных областях объясняется, прежде всего, наличием некоторых общих моментов одаренности, имеющих значение для разных видов деятельности. В этом — центр научной проблемы многосторонних дарований.

А.Г. Асмолов считает, что профиль способностей одаренного человека разновершинен, имеет множество пиков, в различной степени подверженных динамике (цит. по: [4]). По его мнению, одаренных людей отличает разнообразие талантов. Разнообразие обеспечивает устойчивость. Это характерно как для культуры, так и для жизни людей. Одновершинный человек — существо крайне неустойчивое, а во всем своем предельном выражении — это психологический тип фанатика. Для данного типа личности срыв его ведущей цели равносилен срыву всей его жизни. Человек с отсеченной верхушкой своего единственного пика в критической ситуации попросту теряется, не зная, как и чем ему жить дальше.

Одаренных детей отличает высокая духовность, стремление защищать и сохранять красоту и гармонию, обеспечивать связь времен. У таких детей сильно развито чувство справедливости, которое проявляется очень рано. Они остро воспринимают общественную несправедливость, устанавливают высокие требования к себе и окружающим и живо откликаются на правду, справедливость, гармонию и природу.

Список использованной литературы

1. Богоявленская Д.Б., Богоявленская М.Е. Одаренность: природа и диагностика / Д.Б. Богоявленская, М.Е. Богоявленская. – М.: АНО «ЦНПРО», 2013. – 208 с.
2. Введение в психологию / под общ. ред. А.В. Петровского. – М.: Прогресс-Универс, 1995. – 496 с.
3. Ларионова Л.И. Теоретические подходы и методики по изучению одаренных детей: учеб. пособие / Л.И. Ларионова, Н.А. Алаева, Е.В. Швецова. – Иркутск: Изд-во Иркутского гос. пед. ун-та, 2001. – 244 с.
4. Ларионова Л.И. Культурно-психологические факторы развития интеллектуальной одаренности / Л.И. Ларионова. – М.: Институт психологии РАН, 2011. – 320 с.
5. Лейтес Н.С. Возрастная одаренность школьников: учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Н.С. Лейтес. – М.: ИЦ «Академия», 2000. – 320 с.
6. Монкс Ф., Ипенбург И. Одаренные дети: пер. с голланд. / Ф. Монкс, И. Ипенбург. – М.: Когито-Центр, 2014. – 132 с.
7. Савенков А.И. Психология детской одаренности / А.И. Савенков. – М.: Генезис, 2010. – 440 с.
8. Шумакова Н.Б. Обучение и развитие одаренных детей / Н.Б. Шумакова. – М.: Изд-во МПСИ; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2004. – 336 с.

Самоподготовка к занятию

Студенту необходимо:

знать и понимать:

- ✓ суть категории «способности»;
- ✓ структуру способностей;
- ✓ основные подходы к изучению феномена «одаренность».

уметь:

- ✓ содержательно разводить понятия «способность», «гениальность», «талант», «одаренность».
- ✓ описывать структуру способностей и те принципы, на которые опираются авторы, выделяя ее компоненты;
- ✓ раскрывать суть основных подходов к анализу одаренности;
- ✓ иллюстрировать теоретические положения примерами из педагогической практики, художественной литературы.

владеть:

- ✓ опытом определения понятий;
- ✓ навыками сравнения и сопоставления основных категорий по теме «Способности и одаренность»;
- ✓ навыками организации и проведения исследований по проблеме способностей и одаренности человека.

План самостоятельной работы

1. Обратитесь к лекционному материалу, соответствующим разделам учебников и работ, рекомендованных в списке литературы.

2. Прочтите заинтересовавший вас материал, выпишите набор основных понятий, раскрывающих суть проблемы.

3. Законспектируйте Главу 17. «Способности» (с. 468–488) в учебнике под редакцией А.В. Петровского «Введение в психологию», Главу 35. «Психология творчества» (с. 613–621), Главу 3. «Современные концепции одаренности» (с. 58–102) в работе А.И. Савенкова «Психология детской одаренности»; главу XII. «Содержание понятия «Способности», структура способностей» (с. 384–415), Главу XVI. «Одаренность и интеллект» (с. 565–597) в книге В.Д. Шадрикова «От индивида к индивидуальности: Введение в психологию»; параграф 1.2. «Проблема содержания понятий «гений», «талант», «одаренность» (с. 25–35), параграф 1.4. «Психологические особенности одаренной личности», Главу 3. «Психологическая структура одаренности» (с. 92–139) в книге Л.И. Ларионовой «Культурно-психологические факторы развития интеллектуальной одаренности». Подготовьтесь к дискуссии по основным вопросам темы, выделив в прочитанном материалы спорные, на ваш взгляд, моменты.

Практические задания для самостоятельной работы

1. Напишите небольшое эссе на тему: «Одаренный ребенок в детском саду и школе».

2. В приведенных примерах выделите условия, способствующие развитию способностей.

А) Е.П. Ересь описывает историю Коли, отец и мать которого были художниками. Ребенок часто наблюдал их работу, стремился «помочь» им. С раннего детства много рисовал. Он любил помещать сложные композиции на бумажке величиной со спичечную коробку. На седьмом году жизни Коля совершенно самостоятельно постиг законы перспективы. Мальчик буквально не расставался со своими блокнотами, куда зарисовывал все, что поражало его воображение, будило в нем чувства. Он много наблюдал, рано начал читать специальную литературу, изучал жизнь и деятельность великих художников, посещал картинные галереи, выставки. Двенадцатилетний мальчик увлекся красками, цветом, поисками собственного колорита. К своему творчеству относился с исключительной требовательностью и самокритичностью, работал постоянно и увлеченно. В деревне не ленился вставать ранним утром, чтобы написать восход солнца или пастушка в поле, не упускал случая, сделать этюд при луне. Коля прилежно учился в средней художественной школе.

Б) Ю.Б. Гиппенрейтер приводит пример раннего, в 3,5 года пробуждения интереса к числам. Едва с ними познакомившись, ребенок проводил много времени за пишущей машинкой, печатая последовательно числа натурального ряда от 1 до 2000. Очень скоро он освоил операции сложения и вычитания, практически не задерживаясь, как другие дети, в пределах десятка. В окружающем его привлекало все то, что можно было бы измерить или выразить числами: возраст и годы рождения родственников, вес, дорожные расписания и пр. По всем этим поводам он активно спрашивал, переживал, размышлял. Персонажами его воображаемых игр становились числа, которым он приписывал свой характер и поведение. Он сам «открыл» отрицательные числа, операцию умножения [34, с. 226–227].

3. Проведите исследование, используя одну из предложенных методик:

- «Графический профиль способностей ребенка» (см. Приложение 9);
- Шкалы для рейтинга поведенческих характеристик одаренных школьников (Дж. Рензулли и соавторы в адаптации Л.В. Поповой) (см. Приложение 10);
- Перечень психологических характеристик одаренных детей для наблюдения учителем (см. Приложение 11).

4. Подготовьте сообщение по результатам проведенного исследования, чтобы обсудить их на практическом занятии.

Темы рефератов

1. Соотношение понятий: «задатки» и «способности».
2. Природа индивидуальных различий в способностях человека.
3. Развитие способностей у человека.
4. Генотип, свойства нервной системы и способности человека.
5. Межполовые различия в способностях, их научное объяснение.
6. Соотношение понятий: гений, талант, одаренность.
7. Модели интеллектуальной одаренности.
8. Биологическое и социальное в формировании одаренности.
9. Естественно-научный подход к пониманию и развитию одаренности.
10. Культурно-исторический подход к изучению и развитию одаренности.

Рекомендуемая литература

Основная:

1. Богоявленская Д.Б., Богоявленская М.Е. Одаренность: природа и диагностика / Д.Б. Богоявленская, М.Е. Богоявленская. – М.: АНО «ЦНПРО», 2013. – 208 с.
2. Гуревич П.С. Психология / П.С. Гуревич. – М.: Юрайт, 2013. – 608 с.
3. Ларионова Л.И. Культурно-психологические факторы развития интеллектуальной одаренности / Л.И. Ларионова. – М.: Институт психологии РАН, 2011. – 320 с.
4. Маклаков А.Г. Общая психология / А.Г. Маклаков. – СПб.: Питер, 2015. – 583 с.
5. Монкс Ф., Ипенбург И. Одаренные дети: пер. с голланд. / Ф. Монкс, И. Ипенбург. – М.: Когито-Центр, 2014. – 132 с.
6. Психология: учебник и практикум для академического бакалавриата / под общ. ред. В.А. Сластенина, А.С. Обухова. – М.: Юрайт, 2015. – 530 с.
7. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2015. – 713 с.

Дополнительная:

1. Бабаева Ю.Д., Войскунский А.Д. Одаренный ребенок за компьютером / Ю.Д. Бабаева, А.Д. Войскунский. – М.: Сканрус, 2003. – 336 с.

2. Введение в психологию / Под общ. ред. А.В. Петровского. – М.: Прогресс-Универс, 1995. – 496 с.

3. Дружинин В.Н. Психология способностей: избранные труды / В.Н. Дружинин. – М.: Институт психологии РАН, 2007. – 541 с.

4. Ларионова Л.И. Теоретические подходы и методики по изучению одаренных детей: учеб. пособие / Л.И. Ларионова, Н.А. Алаева, Е.В. Швецова. – Иркутск: Изд-во Иркутского гос. пед. ун-та, 2001. – 244 с.

5. Лейтес Н.С. Возрастная одаренность школьников: учеб. пособ. для студентов высш. пед. учеб. заведений / Н.С. Лейтес. – М.: ИЦ «Академия», 2000. – 320 с.

6. Психология: учебник для гуманитарных вузов / под общ. ред. В.Н. Дружинина. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2009. – 656 с.

7. Психология детской одаренности и творческих способностей / под ред. Л.И. Ларионовой. – Иркутск: ИГПУ, 2008. – 508 с.

8. Савенков А.И. Психологические основы исследовательского подхода к обучению: учеб. пособие / А.И. Савенков – М.: Ось-89, 2006. – 480 с.

9. Савенков А.И. Психология детской одаренности / А.И. Савенков. – М.: Генезис, 2010. – 440 с.

10. Шадриков В.Д. От индивида к индивидуальности: введение в психологию / В.Д. Шадриков. – М.: Институт психологии РАН, 2009. – 656 с.

11. Шумакова Н.Б. Обучение и развитие одаренных детей / Н.Б. Шумакова. – М.: Изд-во МПСИ; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2004. – 336 с.

12. Щебланова Е.И. Неуспешные одаренные школьники / Е.И. Щебланова. – М.: БИНОМ. Лаборатория знаний, 2014. – 245 с.

Работа на занятии

План занятия

1. Дискуссия по вопросам, вынесенным на обсуждение по теме «Способности и одаренность».

2. Решение исследовательских задач, связанных с основными подходами к развития детской одаренности.

А) Согласны ли вы с автором этой цитаты. Обоснуйте свой ответ.

«Дайте мне дюжину здоровых, физически хорошо развитых детей, и при наличии для их воспитания определенных мной внешних условий я ручаюсь, что, выбрав наугад любого из них, сделаю из него путем тренировки какого угодно специалиста по своему произволу — врача, юриста, артиста, преуспевающего лавочника и даже нищего и вора, независимого от его талантов, склонностей, стремлений, способностей, призвания и национального происхождения» [33, с. 167].

Б) Проанализируйте текст и выскажите свою точку зрения.

«Явление таланта должно признать одной из величайших тайн природы и жизни, и мне смешно, когда сегодняшние ученые… уверяют, будто они в прекрасном и сравнительно недалеком будущем начнут с помощью комбинирования молекул создавать гениев по своему усмотрению и в неограниченном количестве» [43, с. 103].

В) Примите участие в споре выдающихся мыслителей и выскажите свою позицию по затронутому вопросу.

К. Гельвеций: «Все люди с обыкновенной, нормальной организацией обладают одинаковыми умственными способностями» [5, с. 9].

Д. Дидро: «Господин Гельвеций, ответьте на маленький вопрос. Вот 500 только что родившихся детей, их готовы отдать Вам на воспитание по вашей системе; скажите мне, сколько из них Вы сделаете гениальными людьми. Почему не все 500?» [5, с. 10].

3. Итоговое тестирование.

ИТОГОВЫЙ ТЕСТ

1. Какие особенности личности не связаны с умственной одаренностью:

а) ненасыщаемая познавательная потребность
б) трудолюбие
в) быстрота мыслительных процессов, гибкость, оригинальность, высокая продуктивность умственной деятельности
г) конфликтность поведения
д) дисциплинированность

2. Установите соответствие между понятиями и вариантами ответов:

1. Художественный тип людей.	А. Преобладание абстракций, логичность построений, теоретизирования
2. Мыслительный тип людей.	Б. Яркость образов, возникающих в результате непосредственного воздействия, живого впечатления, эмоций

3. Морфологические и функциональные особенности строения мозга, органов чувств и движения, которые выступают в качестве природных предпосылок развития способностей — это:

а) репродуктивный уровень реализации способностей;

б) творческий уровень реализации способностей;

в) задатки.

4. Подберите описание (предложенное справа), характеризующее гениального и талантливого человека:

1. Гениальный человек.	А. Создает нечто оригинальное, открывающее новые пути в области научных исследований, производства, искусства, литературы
2. Талантливый человек.	Б. Творит, вносит свое, в пределах уже определившихся идей, направлений

Тема 7. Темперамент и характер

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие о темпераменте.
2. Типы темперамента.
3. Понятие о характере.

Информационный материал

Понятие о темпераменте. Темперамент представляет собой одно из существенных *индивидуально-типологических свойств* индивида, определяющее формально-динамические характеристики

психической деятельности и поведения. Многие психические различия между людьми, например, в темпе речи, энергичности движений, интенсивности и устойчивости переживаний, скорости когнитивных процессов объясняются темпераментом. Темперамент присущ и высшим животным.

Темперамент — это *динамическая* сторона психических процессов и поведения человека, которая проявляется в интенсивности, скорости, подвижности, изменчивости и др. чертах. Темперамент выражается в трех основных формах [3]:

1) в общей активности индивида;
2) в двигательных явлениях;
3) в общей эмоциональности.

Общая активность индивида объединяет его «динамические» личностные особенности, стремления к самовыражению, действенному преобразованию реальности и ее эффективному освоению. Проявления темперамента в данной форме варьируются от высокой энергичности, стремительности в действиях до вялости и инертности.

Двигательные (моторные) явления определяются их значением как средства, актуализирующего внутреннюю динамику состояний психики индивида. Двигательным явлениям присущи такие динамические характеристики как сила, быстрота, резкость, амплитуда, ритм и некоторые другие признаки мышечного движения (частично, данные характеристики относятся и к речевой моторике).

Эмоциональность как третья форма проявления темперамента, выражается в особенностях возникновения, течения и прекращения самых разных чувств, настроений, аффектов. Основные моменты эмоциональности — впечатлительность, импульсивность, эмоциональная подвижность.

Согласно В.М. Русалову [4], *темперамент имеет следующую характеристики*:

1) отражает формальный аспект деятельности и не зависит от ее цели, смысла, мотива;

2) характеризует индивидуально-типичную меру энергетического напряжения и отношение к миру и себе;

3) универсален и проявляется во всех сферах жизнедеятельности;

4) проявляется с детства;

5) устойчив в течение длительного периода жизни человека;

6) связан со свойствами биологических систем организма (нервной системой, гуморальной системой и др.);

7) передается по наследству.

Польский исследователь Я. Стреляу [5] считает, что темперамент определяет такие основные ***формальные характеристики поведения*** как:

1) интенсивность — энергетический аспект;

2) время — темпоральный аспект.

Типы темперамента [1; 2]. Одна из древнейших классификаций темперамента принадлежит древнегреческому врачу Гиппократу. Гиппократ объяснял темперамент, как особенность поведения, преобладанием в организме одного из «жизненных соков» (четырех элементов):

- Преобладание черной желчи (мелэна холе, «чёрная желчь») делает человека грустным и боязливым — ***меланхоликом***.
- Преобладание лимфы (флегма, «мокрота») делает человека спокойным и медлительным — ***флегматиком.***
- Преобладание крови (сангвис, «кровь») делает человека подвижным и весёлым — ***сангвиником***.
- Преобладание желтой желчи (холе, «желчь, яд») делает человека импульсивным, «горячим» — ***холериком.***

Данные названия до сих пор сохранились в психологи для обозначения типов темперамента. Однако, в соответствии с современными представлениями, ***тип темперамента*** определяется ***сочетанием свойств нервной системы*** (типом *высшей нервной деятельности*, по И.П. Павлову): 1) *силой*; 2) *уравновешенностью*; 3) *подвижностью*.

Меланхолический темперамент, как видно из таблицы 1, определяется слабостью процессов возбуждения и торможения, при этом их подвижность или инертность нехарактерны. Даже

Таблица 1

Характеристика типов темперамента и свойств нервной системы

Особенности нервных процессов	**Типы нервной системы**	**Слабый**	**Сильные**		
			инертный	**живой**	**безудержный**
	Сила Уравнове- шенность Подвижность	Слабый Неуравно- вешенный Подвижный или инертный	Сильный Уравнове- шенный Инертный	Сильный Уравно- вешенный Подвижный	Сильный Неуравнове- шенный Подвижный
	Темперамент	Меланхолик	Флегматик	Сангвиник	Холерик
	Реакции	Медленные Сильные	Медленные Сильные	Быстрые Умеренные	Быстрые Чрезмерные

при небольшом перенапряжении, например, в случае решения трудной задачи или жизненной ситуации у меланхолика наступает срыв.

У меланхолика слабый тип нервной системы и, следовательно, нестойкий перед обстоятельствами, требующими преодоления или сильного возбуждения нервной системы. Остальные три типа нервной системы считаются сильными.***Флегматическим темпераментом*** называется такой тип темперамента, который, будучи сильным типом, все-таки отличается малой подвижностью нервных процессов. Однажды возникнув в определенных центрах, они отличаются постоянством и силой. Инертная нервная система соответствует этому типу.

Сангвинический темперамент — другой сильный тип темперамента —характеризуется тем, что процессы возбуждения и торможения у него достаточно сильные, уравновешенные и легко подвижные.

Холерический темперамент — третий сильный тип темперамента — неуравновешенный, безудержный, у него преобладают процессы возбуждения над слабым торможением. Этот тип нервной системы быстро истощается и склонен к срывам.

Понятие о характере, формирование характера [1, 2]. ***Характер*** — своеобразие склада психической деятельности, проявляющееся в особенностях социального поведения личности и, в первую очередь, в отношениях к людям, делу, вещам, к самому себе. ***Характер*** — это совокупность устойчивых индивидуальных особенностей личности, складывающихся и проявляющихся в деятельности и общении, обусловливая типичные для индивида способы поведения. ***Характер*** в узком смысле слова — совокупность устойчивых свойств индивида, в которых выражаются способы его поведения и способы эмоционального реагирования.

В характере могут быть выделены отдельные черты или стороны, которые, однако, не существуют изолированно друг от друга, а являются связанными воедино, образуя более или менее цельную структуру характера. Среди черт характера одни выступают как основные, ***ведущие***, задающие общую направленность развитию всего комплекса его проявлений, другие — как ***второстепенные,*** которые в одних случаях определяются основными, а в других могут и не гармонировать с ними. В жизни встречаются более ***цельные*** характеры и более ***противоречивые***.

Характер проявляется в том, как человек относится ***к другим людям***; к ***себе***; к ***делу***; ***к вещам***.

Вариативность черт характера проявляется не только в их ***качественном*** многообразии и своеобразии, но и ***количественной*** выраженности. Есть люди более или менее подозрительные, более или менее щедрые, более или менее честные и откровенные. Когда количественная выраженность той или иной черты характера достигает предельных величин и оказывается у крайней границы нормы, возникает так называемая акцентуация (чрезмерная выраженность отдельных черт) характера.

Становление характера происходит в условиях включения личности в различные по уровню развития социальные группы (в семью, дружескую компанию, трудовой или учебный коллектив, в асоциальные ассоциации и т. д.).

Список использованной литературы

1. Введение в психологию / под общ. ред. А.В. Петровского. – М.: Прогресс-Универс, 1995. – 496 с.
2. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии: информ.-метод. пособие по курсу «Психология человека» / М.В. Гамезо, И.А. Домашенко. – М.: Педагогическое общество России, 2004. – 276 с.
3. Небылицын В.Д. Проблемы психологии индивидуальности: избр. психол. тр. / В.Д. Небылицын – М.: МПСИ; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2000. – 688 с.
4. Русалов В.М. Темперамент в структуре индивидуальности человека: Дифференциально-психофизиологические и психологические исследования / В.М. Русалов. – М.: ИП РАН, 2012. – 528 с.
5. Стреляу Я. Роль темперамента в психическом развитии / Я. Стреляу. – М.: Прогресс, 1982. – 231 с.

Самоподготовка к занятию

Студенту необходимо:

знать и понимать:

- ✓ как влияет темперамент на трудовую и учебную деятельность;
- ✓ основные свойства нервных процессов, а также типы высшей нервной деятельности, по И.П. Павлову;
- ✓ конституциональные теории характера (Э. Кречмер) и темперамента (У. Шелдон);
- ✓ основные теории темперамента (В.М. Русалов, Я. Стреляу);
- ✓ свойства темперамента (Б.М. Теплов, В.С. Мерлин);
- ✓ основные проявления характера человека;
- ✓ что такое акцентуации характера и психопатии;
- ✓ классификации акцентуаций характера по К. Леонгарду, А.Е. Личко.
- ✓ как под влиянием воспитательных воздействий формируется характер.

уметь:

- ✓ различать проявления темперамента и характера в реальном поведении человека;
- ✓ распознавать акцентуации характера человека.

владеть:

✓ понятиями «темперамент» и «характер».

План самостоятельной работы

1. Прочитайте в рекомендованной литературе разделы, соответствующие вопросам для подготовки.

2. Законспектируйте Главу 17. «Темперамент» (с. 470–497) и Главу 18. «Характер» (с. 498–514) учебника «Общая психология и психология личности» под редакцией А.А. Реана, также Главу 4. «Происхождение и развитие сознания человека» (с. 70–121) учебника А.Г. Маклакова «Общая психология».

3. Объясните, как влияет темперамент на трудовую и учебную деятельность.

4. Из рекомендованного учебника А.Г. Маклакова «Общая психология» перенесите в тетрадь рисунок конституциональных типов характера по Э. Кречмеру и таблицу различий типов темперамента по У. Шелдону.

5. Выучите основные свойства нервных процессов, а также типы высшей нервной деятельности по И.П. Павлову.

6. Сформулируйте основные различия в теориях темперамента Я. Стреляу, В.М. Русалова.

7. Выучите свойства темперамента (Б.М. Теплов, В.С. Мерлин).

8. Установите, как меняется темперамент и характер в течение жизни под влиянием учебных, воспитательных и трудовых воздействий. Приведите примеры из художественной литературы.

9. Создайте таблицу, в которой систематизируйте все факторы, от которых зависит формирование темперамента и характера человека.

10. Ответьте на вопрос, какие различия проявляют в деятельности люди с высокой и низкой реактивностью и зависит ли от данного свойства темперамента продуктивность деятельности?

11. Выясните, что такое акцентуации характера и психопатии.

12. Создайте таблицу, в которой сопоставьте классификации акцентуаций характера по К. Леонгарду, А.Е. Личко.

Практические задания для самостоятельной работы

1. Понаблюдайте за поведением ребенка дошкольного или младшего школьного возраста во время его подвижной игры со сверстниками и попытайтесь определить, какие его поведенческие особенностями являются проявлениями темперамента и к какому типу темперамента он относится.

2. Выполните методики:

- методику определения формулы темперамента (см. Приложение 12).
- тест «Акцентуации характера» (Г. Шмишек-К. Леонгард) (см. Приложение 13.

Темы рефератов

1. Типы темпераментов, их психологическая характеристика.
2. Достоинства и недостатки каждого типа темперамента.
3. Темперамент и основные свойства нервной системы человека.
4. Темперамент и индивидуальный стиль детальности.
5. Темперамент и способности.
6. Теория темперамента В.В. Русалова.
7. Характер как совокупность устойчивых черт личности.
8. Типология характеров.
9. Акцентуированные типы характеров по К. Леонгарду.
10. Социальные типы характеров Э. Фромму.

Рекомендуемая литература

Основная:

1. Маклаков А.Г. Общая психология / А.Г. Маклаков. – СПб.: Питер, 2015. – 583 с.

2. Общая психология и психология личности / под ред. А.А. Реана. – М.: АСТ; АСТ Москва; Прайм-Еврознак, 2011. – 639 с.

3. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2015. – 713 с.

4. Русалов В.М. Темперамент в структуре индивидуальности человека: Дифференциально-психофизиологические и психологические исследования / В.М. Русалов. – М.: ИП РАН. – 528 с.

5. Савинков С.Н. Характеры: как изучить и приручить / С.Н. Савинков. – СПб.: Питер, 2014. – 192 с.

Дополнительная:

1. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии: информационно-методические материалы к курсу «Общая психология» / М.В. Гамезо, И.А. Домашенко. – М.: Педагогическое общество России, 2004. – 276 с.
2. Кречмер Э. Строение тела и характер / Э. Кречмер. – М.: Апрель-пресс, Эксмо-пресс, 2001. – 332 с.
3. Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков / А.Е. Личко. – 2-е изд., доп. и перераб. – Л.: Медицина, 1983. – 256 с.
4. Мерлин В.С. Психология индивидуальности: избранные психологические труды / В.С. Мерлин. – М.: МПСИ; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2005. – 544 с.
5. Мясищев В.Н. Психология отношений / В.Н. Мясищев. – М.: МПСИ; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2003. – 400 с.
6. Стреляу Я. Роль темперамента в психическом развитии / Я. Стреляу. – М.: Прогресс, 1982. – 232 с.
7. Теплов Б.М. Труды по психофизиологии индивидуальных различий / Б.М. Теплов. – М.: Наука, 2004. – 444 с.

Работа на занятии

План занятия

1. Дискуссия по вопросам, вынесенным на обсуждение.

2. Выполнение и обсуждение методики «Опросник структуры темперамента» (ОСТ) В.М. Русалова (см. Приложение 14).

3. Итоговое тестирование.

ИТОГОВЫЙ ТЕСТ

1. Акцентуация личности, проявляющей высокую самоуверенность, тщеславие, хвастовство, склонность ко лжи, ориентированность на собственное «Я» как на эталон:

а) гипертимный
б) демонстративный
в) тревожный
г) экзальтированный

2. Вставьте недостающее слово.

Темперамент определяет .... сторону психических процессов и деятельности:

а) содержательную
б) субъективную
в) внешнюю
г) формально-динамическую

3. Кто из перечисленных психологов не занимался исследованием темперамента:

а) Г. Айзенк
б) В.С. Мерлин
в) В.М. Русалов
г) К. Леонгард

4. Уравновешенность — это свойство:

а) темперамента
б) реакций
в) нервных процессов
г) ощущений

5. Вставьте недостающее слово.

Характер — это структура стойких психических свойств, определяющих особенности .... и поведения человека:

а) действий
б) сознания
в) отношений
г) психики

6. Свойство темперамента, по Б.М. Теплову, заключающееся в негибком приспособлении к изменяющимся требованиям деятельности:

а) резистентность
б) тревожность
в) субъективация
г) ригидность

7. Вставьте пропущенное слово. В числе прочего .... проявляется в системе устойчивых мотивов и способов поведения.

8. Патологические изменения характера, требующие коррекции называются:

а) акцентуациями
б) психопатиями
в) неврозами
г) выраженными чертами

9. Тип темперамента, для которого характерны сила, уравновешенность и инертность нервных процессов:

а) флегматик
б) сангвиник
в) меланхолик
г) холерик

Глава 2. Психология человеческих взаимоотношений

Тема 8. Психология общения и коллектива

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие и виды общения.
2. Группа и коллектив.
3. Межличностные отношения в группах.
4. Лидерство и руководство в малых группах.

Информационный материал

Понятие и виды общения. Общение — установление и развитие контактов между людьми, обусловленное их потребностью в совместной деятельности. В процессе общения происходит обмен между его участниками информацией познавательного и/или аффективно-оценочного характера. По мнению А.А. Бодалева [3] общение удовлетворяет особую потребность человека в контакте с другим людьми. Эта потребность появилась в процессе общественно-исторического развития людей. Удовлетворение потребности в общении связано с возникновением чувства радости.

Общение человека с окружающими его людьми складывается в онтогенезе постепенно. Одним из первых признаков установления контакта с другим человеком является улыбка ребенка в ответ на внимание взрослого (после четвертой недели жизни). На втором месяце у младенцев появляется первая форма общения со взрослыми — *непосредственно-эмоциональное общение*, вне практического сотрудничества с ним. К концу первого года жизни у детей формируется еще одна форма контактов с окружающими — *предметно-действенное общение*, включенное в совместную деятельность и манипуляторную деятельность ребенка и взрослого. К концу дошкольного возраста у ребенка появляется *внеситуативно-деловое*, а затем и *внеситуативно-личностное* общение. Общение со взрослыми — один из главных факторов психологического развития ребенка.

Психологи [1; 3; 6] утверждают, что существует связь между уровнем развития личности и процессом общения в онтогенезе. Нарушения общения вызывают изменения в личности.

В конце 70-х годов прошлого столетия родилось понятие «*педагогическое общение*» (В.А. Кан-Калик, А.А. Леонтьев), которое определяется как профессиональное общение педагога с обучаемыми в процессе обучения и воспитания как в урочное, так и во внеурочное время. А.А. Леонтьев говорил об *оптимальном педагогическом общении* — общении, которое создает наилучшие условия для развития мотивации и творческого характера учебной деятельности, общении, необходимом для правильного формирования личности школьника, общении, которое обеспечивает надлежащий эмоциональный климат и позволяет максимально использовать в учебном процессе личностные особенности учителя.

Группа и коллектив. В психологии различают группы большие и малые. Примеры больших групп — социальные классы, различные этнические группы (нации, народности), профессиональные группы, поло-возрастные группы. Под малой группой понимают немногочисленную по составу группу, члены которой объединены общей социальной деятельностью и находятся

в непосредственном личном общении, что является основой для возникновения эмоциональных отношений, групповых норм и групповых процессов [1]. Примером малой группы может служить семья или школьный класс.

Коллектив в традициях отечественной психологии рассматривают как определенный уровень развития малой группы [4]. Если в широком смысле понятие «коллектив» может быть отнесено к любым группам, например, в рамках отдельного учреждения, организации: производственный коллектив, педагогический коллектив и т. д., то в узком смысле коллектив — высшая стадия развития малой группы.

В настоящее время в отечественной психологии существует несколько моделей, фиксирующих особые стадии или уровни развития малых групп. Одна из них содержится в психологической теории коллектива, разработанной А.В. Петровским [4]: группа состоит из трех страт (слоев), каждый из которых характеризуется определенным принципом, по которому в нем строятся отношения между членами группы.

В первом слое реализуются непосредственные контакты между людьми, основанные на эмоциональной приемлемости или неприемлемости. Во втором слое отношения опосредуются характером совместной деятельности (уровень ценностно-ориентационного единства). В третьем слое, названном ядром группы, развиваются отношения, основанные на принятии всеми членами группы единых целей групповой деятельности. Этот слой соответствует высшему уровню развития группы, и, таким образом, его наличие позволяет констатировать, что группа в своем развитии достигла уровня коллектива.

Межличностные отношения в группах. Межличностные отношения — это переживаемые и в разной степени осознаваемые взаимосвязи между людьми. Важнейшая специфическая черта межличностных отношений — их эмоциональная основа. Отношения возникают и развиваются на основе определенных чувств, которые рождаются у людей по отношению друг к другу.

Набор возможных чувств одного человека к другому безграничен. Однако все они могут быть сведены к двум группам: конъюнктивные (сближающие, объединяющие) и дизъюнктивные чувства (разъединяющие людей чувства). Конкретный уровень их развития не безразличен для деятельности групп, а характер межличностных отношений определяет психологический климат группы.

Развитие межличностных отношений может проходить в несколько этапов: знакомство, приятельские отношения, товарищеские отношения, отношения дружеские. Механизм развития межличностных отношений — эмпатия, отклик одной личности на переживания другой.

Лидерство и руководство в малых группах [1]. Следует иметь в виду ряд характеристик, позволяющих дифференцировать понятия «лидер» и «руководитель»:

1. Лидер осуществляет регуляцию межличностных отношений, руководитель — регуляцию официальных отношений в группе.

2. Лидерство реализуется в рамках малой группы, в то время как руководство относят к элементам макросреды, подчеркивая связь руководителя с системой общественных отношений.

3. Лидерство возникает стихийно. Руководитель группы в своем большинстве назначается. Руководитель может избираться, но и в этом случае процесс не является стихийным, а находится под контролем тех или иных официально установленных структур.

4. Явление лидерства не столь стабильно. Выдвижение лидера, например, в значительной степени зависит от настроения группы. Руководство — явление, отличающееся стабильностью.

5. Руководство предполагает наличие системы санкций. В распоряжении лидера такой системы нет.

6. Процесс принятия решений руководителем достаточно сложен, потому что опосредован множеством различных нормативных актов, предписаний. Лидер имеет возможность действовать более непосредственно.

7. Сфера деятельности лидера — малая группа, в которой он и является лидером. Сфера действия руководителя шире: он уполномочен представлять малую группу в более широком социальном контексте.

8. Лидерство рассматривают как психологическую характеристику поведения определенных членов группы. Руководство — социальная характеристика отношений в группе, которая отражает распределение ролей управления и подчинения между ее членами.

Список использованной литературы

1. Амонашвили Ш.А. Размышления о гуманной педагогике / Ш.А. Амонашвили. – М.: ИД Шалвы Амонашвили, 1995. – 496 с.
2. Андреева Г.М. Социальная психология / Г.М. Андреева. – М.: Аспект Пресс, 1999. – 375 с.
3. Бодалев А.А. Психология общения / А.А. Бодалев. – М.: Институт практической психологии; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1996. – 256 с
4. Введение в психологию / Под общ. ред. А.В. Петровского. – М.: Прогресс-Универс, 1995. – 496 с.
5. Гуревич П.С. Психология / П.С. Гуревич. – М.: Юрайт, 2013. – 608 с.
6. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2015. – 713 с.

Самоподготовка к занятию

Студенту необходимо:

знать и понимать:

- ✓ определение категории «общение», выделяя в нем существенные признаки;
- ✓ место и роль общения в жизни человека (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, М.И. Лисина, Л.А. Петровская),
- ✓ структуру общения в изложении разных авторов (В.Н. Мясищев, Б.Г. Ананьев, М.И. Лисиной, Г.М. Андреевой, Ю.М. Жукова, Л.А. Петровской, П.В. Растянникова);
- ✓ уровни развития малой группы (А.В. Петровский).

уметь:
- ✓ сравнивать определения, которые дают категории «общение» разные авторы (А.А. Леонтьев; М.И. Лисина; А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский и др.);
- ✓ называть виды общения и давать им развернутую характеристику (Г.М. Андреева, А.А. Бодалев, А.А. Леонтьев, Л.А. Петровская);
- ✓ давать характеристику межличностным отношениям.

владеть:
- ✓ опытом сравнения категорий;
- ✓ опытом сопоставления и сравнения позиций разных авторов по одному и тому же вопросу;
- ✓ опытом организации исследования по изучению особенностей общения и межличностных отношений в группе.

План самостоятельной работы

1. Прочитайте в рекомендованной литературе разделы, соответствующие вопросам для обсуждения.

2. Законспектируйте статью А.Н. Леонтьева «К теории развития психики ребенка» (с. 509–513) в его работе «Проблемы развития психики», Главу 11. «Общение» (с. 280–361) в учебнике под редакцией А.В. Петровского «Введение в психологию», Главу 20. «Психология межличностного взаимодействия» (с. 359–269) в учебнике под редакцией В.Н. Дружинина.

3. Прочтите материал лекции по теме «Общение и коллектив». Составьте ее развернутый план.

4. Найдите ответы на вопросы, которые будут обсуждаться на практическом занятии.

Практические задания для самостоятельной работы

1. Выполните методику «Цветопись настроения коллектива» (см. Приложение 15).

2. Обратитесь к своим любимым художественным произведениям. Найдите в них описания феноменов «общение» и «межличностные отношения в коллективе». По результатам поиска подготовьте презентацию.

3. Предложите 2–3 упражнения на развитие коммуникативных навыков у студентов вашей группы.

Темы рефератов

1. Понятие и виды общения.
2. Роль общения в психическом развитии человека.
3. Техника и приемы общения.
4. Развитие общения.
5. Общение и деятельность.
6. Интимные межличностные отношения (дружба, любовь, вражда, одиночество).
7. Любовь в разные исторические эпохи.
8. Человеческая вражда в произведениях искусства и литературы.
9. Понятие о любви.
10. Возникновение и преодоление одиночества.

Рекомендуемая литература

Основная:

1. Гуревич П.С. Психология / П.С. Гуревич. – М.: Юрайт, 2013. – 608 с.
2. Маклаков А.Г. Общая психология / А.Г. Маклаков. – СПб.: Питер, 2015. 583 с.
3. Психология: учебник и практикум для академического бакалавриата / Под общ. ред. В.А. Сластенина, А.С. Обухова. – М.: Изд-во Юрайт, 2015. – 530 с.
4. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2015. – 713 с.

Дополнительная:

1. Амонашвили Ш.А. Размышления о гуманной педагогике / Ш.А. Амонашвили. – М.: ИД Шалвы Амонашвили, 1995. – 496 с.
2. Андреева Г.М. Социальная психология / Г.М. Андреева. – М.: Аспект Пресс, 1999. – 375 с.
3. Бодалев А.А. Психология общения / А.А. Бодалев. – М.: Институт практической психологии; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1996. – 256 с.

4. Вачков И.В. Методика преподавания психологии: учеб. пособие / И.В. Вачков – М.: Ось-89, 2012. – 208 с.

5. Введение в психологию / Под общ. ред. А.В. Петровского. – М.: Прогресс-Универс, 1995. – 496 с.

6. Ларионова Л.И. Теоретические подходы и методики по изучению одаренных детей: учеб. пособие / Л.И. Ларионова, Н.А. Алаева, Е.В. Швецова. – Иркутск: Изд-во Иркутского гос. пед. ун-та, 2001. – 244 с.

7. Леонтьев А.А. Психология общения: учеб. пособ. для студ. высш. учеб. заведений / А.А. Леонтьев. – 5-е изд. – М.: ИЦ Академия, 2008. – 368 с.

8. Леонтьев А.Н. Проблемы развития психики / А.Н. Леонтьев. – 4-е изд. – М.: Изд-во Моск. Ун-та, 1981. – 584 с.

9. Психология: учебник для гуманитарных вузов / под общ. ред. В.Н. Дружинина. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2009. – 656 с.

10. Шаграева О.А. Общая психология в понятиях и определениях / О.А. Шаграева. – М.: МГПУ, 2008. – 154 с.

Работа на занятии

План занятия

1. Дискуссия по вопросам, вынесенным на обсуждение по теме «Общение и коллектив».

2. Выполнение методики «Самооценка коллектива с помощью эмоционально-символической аналогии» (см. Приложение 16).

3. Проведение социометрии (см. Приложение 17).

4. Выполнение и обсуждение результатов исследовательских заданий.

А) Проанализируйте мысли известного отечественного педагога В.В. Сухомлинского и определите основные функции коллектива по отношению к личности.

«Важнейшим принципом нашей воспитательной работы является участие каждого ребенка в жизни нескольких коллективов, каждый из которых открывает перед ним ту или иную сторону многогранной духовной жизни человека» [38, с. 202].

Б) Пользуясь приведенными здесь выводами науки, определите задачи семьи школы в развитии у детей культуры общения.

а) «Человек не может жить без общества себе подобных… Потребность в общении возникает в раннем детском возрасте. Уже в первые полгода жизни появляется потребность во внимании и доброжелательности взрослого. Затем нарастает потребность в сотрудничестве со взрослым, стремление получить его одобрение... Потребность во взаимопонимании с окружающими, в их сопереживании — высший уровень потребности ребенка в общении, возникающий в дошкольном возрасте» [37, с. 209].

б) «Если до определенного возраста (приблизительно до 17 лет) человек не приобрел определенного опыта эмоционального общения (с друзьями, со сверстниками и сверстницами, со старшими, с младшими), то потом исправить это почти невозможно (хотя вполне возможно привить навыки культурного поведения)» [22, с. 124].

5. Итоговое тестирование.

ИТОГОВЫЙ ТЕСТ

1. Какие характеристики являются принципиальными в определении понятия «общение»?

а) сложный, многоплановый процесс
б) обусловленный потребностями людей в совместной деятельности
в) осуществляемое знаковыми средствами
г) изменение в состоянии, поведении и личностно-смысловых образованиях партнера

2. Закон формирования высших психических функций Л.С. Выготского показывает роль в психическом развитии ребенка:

а) совместной деятельности ребенка со взрослым
б) общения со взрослыми
в) собственной активности самого ребенка

3. Категории «ориентировочная и исполнительная часть», «внутренние средства деятельности» имеют отношение к:

а) общению
б) к предметной деятельности
в) и к общению, и к деятельности

4. Сторона общения, которая предполагает обмен информацией между общающимися индивидами, — это:

а) коммуникативная сторона общения
б) перцептивная сторона общения
в) интерактивная сторона общения

5. Сторона общения, заключающаяся в организации взаимодействия между общающимися индивидами, при котором они обмениваются знаниями, идеями, действиями, — это:

а) коммуникативная сторона общения
б) перцептивная сторона общения
в) интерактивная сторона общения

6. Сторона общения, обозначающая процесс восприятия и познания друг друга партнерами по общению и установление на этой основе взаимопонимания, — это:

а) коммуникативная сторона общения
б) перцептивная сторона общения
в) интерактивная сторона общения

7. Коллектив в широком смысле слова — это:

а) это группа в рамках отдельного учреждения
б) определенный уровень развития малой группы

8. Коллектив в узком смысле слова — это:

а) это группа в рамках отдельного учреждения
б) определенный уровень развития малой группы

9. Установите соответствие между понятиями и их описанием:

1. Конъюнктивные чувства.	А. Сближающие, объединяющие
2. Дизъюнктивные чувства.	Б. Разъединяющие людей чувства

10. Установите соответствие между понятиями и их описанием:

1. Лидер.	А. Межличностных отношений в группе
2. Руководитель.	Б. Назначается, либо избирается;
	В. Обладает определенной системой различных санкций;
	Г. Возникает стихийно.

ЛИТЕРАТУРА,
использованная при составлении задач и упражнений

1. Асеев В.Г. Возрастная психология / В.Г. Асеев. – Иркутск: Иркутский гос. пед. ин-т, 1989. – 196 с.
2. Атлас для экспериментального исследования отклонений психической деятельности человека / под ред. И.А. Полищука, А.Е. Видренко. – 2-е изд. – Киев: Здоров'я, 1980. – 124 с.
3. Бакштановский В.И. и др. Практикум по этике / В.И. Бакштановский и др. – Тюмень: Центр прикладной этики, 1973. – 142 с.
4. Белинский В.Г. О русских классиках / В.Г. Белинский. – М.: Худ. лит-ра, 1978. – 525 с.
5. Венгер Л.А. Педагогика способностей / Л.А. Венгер. – М.: Знание, 1973. – 117 с.
6. Вообрази себе. Поиграем-помечтаем: пер. с англ. – М.: Эйдос, 1994. – 130 с.
7. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии: информ.-метод. мат-лы к курсу «Общая психология» / М.В. Гамезо, И.А. Домашенко. – М.: Просвещение, 1986. – 272 с.
8. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии: информ.-метод. мат-лы к курсу «Психология человека» / М.В. Гамезо, И.А. Домашенко. – М.: Педагогическое общество России, 2004. – 276 с.
9. Глуханюк Н.С. Практикум по общей психологии: учеб. пособие / Н.С. Глуханюк, Е.В. Дьяченко, С.Л. Семенова. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Изд-во Московского психолого-социального института; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2003. – 224 с.
10. Горький М. Жизнь Клима Самгина / М. Горький // Горький М. Собр. соч.: в 18 т. – Т. 12. – М.: Гослитиздат, 1962. – 424 с.
11. Двойнин А.М. Ценностно-смысловые ориентации личности в контексте религиозной веры: дис. ... канд. психол. наук / А.М. Двойнин. – М.: МПГУ, 2007. – 215 с
12. Дубровский Д.И. Информация, сознание, мозг / Д.И. Дубровский. – М.: Высшая школа, 1980. – 286 с.

13. Жабицкая Л.Г. Психодиагностика для учителя / Л.Г. Жабицкая. – Кишинев: Лумина, 1990. – 126 с.

14. Иванова И.И., Асеев В.П. Методология и методы психологического исследования / И.И. Иванова, В.П. Асеева // Методологические и теоретические проблемы психологии. – М.: Наука, 1969. – 376 с.

15. Капустина А.Н. Многофакторная личностная методика Р. Кеттелла / А.Н. Капустина. – СПб.: Речь, 2004. – 104 с.;

16. Ковалев А.Г. Психология личности / А.Г. Ковалев. – М.: Просвещение, 1970. – 391 с.

17. Коломинский Я.А. Человек: психология: книга для учащихся ст. классов / Я.А. Коломинский. – 2-е изд., доп. – М.: Просвещение, 1986. – 223 с.

18. Маркс К. Экономическо-философские рукописи 1844 года / К. Маркс // Маркс К., Энгельс Ф. Из ранних произведений. – М.: Политиздат, 1956. – С. 517–642.

19. Маркс К., Энгельс Ф. Немецкая идеология // Маркс К., Энгельс Ф. Сочинения. – 2-е изд. – Т. 3. – М.: Политиздат, 1955. – С. 7–544.

20. Методические материалы к лабораторным занятиям по общей психологии. – Кировоград: КГПИ, 1988. – 110 с.

21. Моруа А. «Из писем к незнакомке» / А. Моруа // Иностранная литература. – 1974. – № 1. – С. 115–162.

22. Мудрик А.В. О воспитании старшеклассников / А.В. Мудрик. – М.: Просвещение, 1976. – 176 с.

23. Мышление: процесс, деятельность, общение. – М.: Наука, 1982. – 387 с.

24. Общая психология / под ред. А.В. Петровского. – М.: Просвещение, 1977. – 479 с.

25. Палей И.М. Задачи по общей психологии / И.М. Палей // Воспитание психологической пытливости у будущих учителей. – Пермь: Пермский гос. пед. ин-т, 1966. – С. 21–78.

26. Платонов К.К. Психологический практикум / К.К. Платнов. – М.: Высшая школа, 1980. – 83 с.

27. Практикум по возрастной и педагогической психологии: учеб. пособие для студентов пед. институтов / А.А. Алексеев,

И.А. Архипова, В.Н. Бабий и др.; под ред. А.И. Щербакова. – М.: Просвещение, 1987. – 255 с.

28. Практическая психодиагностика: методики и тесты / под ред. Д.Я. Райгородского. – Самара: Бахрах-М, 2011. – 672 с.

29. Практические занятия по психологии: учеб. пособие для студентов пед. ин-тов / под ред. А.В. Петровского. – М.: Просвещение, 1972. – 167 с.

30. Практические занятия по психологии / под ред. А.В. Петровского. – М.: Просвещение, 1972. – 167 с.

31. Психология и педагогика в профессиональной подготовке сотрудников органов внутренних дел: в 5 ч. – Ч. 3. – М.: Ассоциация «Профессиональное образование», 1992. – 108 с.

32. Румянцева Т.В. Психологическое консультирование: диагностика отношений в паре / Т.В. Румянцева. – СПб.: Речь, 2006. – 176 с.

33. С чего начинается личность? – М.: Политическая литература, 1979. –238 с.

34. Сапогова Е.Е. Задачи по общей психологии: учеб. пособие для вузов / Е.Е. Сапогова. – М.: Аспект пресс, 2001. – 447 с.

35. Сборник задач по общей психологии: учеб. пособие для студентов пед. ин-тов / под ред. В.С. Мерлина. – М.: Просвещение, 1974. – 207 с.

36. Сент-Экзюпери А. де. Письмо заложнику / А. де Сент-Экзюпери // Планета людей. – Минск: Мастацкая літаратура, 1976. – С. 339–353.

37. Социальная психология / под ред. Г.П. Предвечного, Ю.А. Шерковина. – М.: Политиздат, 1975. – 319 с.

38. Сухомлинский В.А. О воспитании / В.А. Сухомлинский. – М.: Политическая литература, 1982. – 270 с.

39. Таратунский Ф.С. Нравственная свобода и ответственность / Ф.С. Таратунский. – Минск.: Беларусь, 1980. – 64 с.

40. Таратунский Ф.С., Таратунская Н.Ф. Задачи и упражнения по общей Психологии: учеб. пособие для пед. ин-тов / Ф.С. Таратунский, Н.Ф. Таратунская. – Минск: Университетское, 1988. – 176 с.

41. Теплов Б.М. Избр. тр.: в 2 т. / Б.М. Теплов. – Т. 2. – М.: Педагогика, 1985. – 359 с.

42. Хрестоматия по психологии. – М.: Просвещение, 1977. – 527 с.
43. Чивилихин В. Забытый талант / В. Чивилихин // Молодая гвардия. – 1985. – № 7. – С. 92–210.
44. Штейнмец А.Э. Пособие для самостоятельной работы по общей психологии: учеб. пособие / А.Э. Штейнмец. – Смоленск: СГПИ им. К. Маркса, 1986. – 80 с.
45. Энгельс Ф. Анти-Дюринг / Ф. Энгельс // Маркс К., Энгельс Ф. Соч. – Т. 20. – 2-е изд. – М.: Госполитиздат, 1961. – С. 1–338.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

ПРАВИЛА БИБЛИОГРАФИЧЕСКОГО ЦИТИРОВАНИЯ ИСТОЧНИКОВ

Библиографические ссылки подразделяются на внутритекстовые, подстрочные, затекстовые.

Внутритекстовые библиографические ссылки заключают в круглые скобки.

Пример оформления:

- Аренс В.Ж. Азбука исследователя / В.Ж. Аренс. – М.: Интермет Инжиниринг, 2006. – 325 с.
- Краткий экономический словарь / А.Н. Азрилян [и др.]. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Ин-т новой экономики, 2002. – 1087 с.
- Библиография. – 2006. – № 3. – С. 8–18.

Внутритекстовые ссылки могут быть первичные и повторные:

Первичная	(Васильев С.В. Инновационный маркетинг / С.В. Васильев. – М., 2005)
Повторная	(Васильев С.В. Инновационный маркетинг. – С. 62)

Подстрочные библиографические ссылки оформляются как примечания, вынесенные из текста документа вниз полосы и возможны в двух вариантах: более и менее подробные.

Пример оформления:

- Тарасова В.И. Политическая история Латинской Америки / В.И. Тарасова. – М., 2006. – С. 305;
- Тарасова В.И. Политическая история Латинской Америки: учебн. для вузов / В.И. Тарасова. – 2-е изд. – М.: Проспект, 2006. – С. 305–412.

Подстрочные ссылки также бывают первичные и повторные:

Первичная	Концепция виртуальных миров и научное познание / Рос. акад. наук, Ин-т философии. – СПб., 2000. – 319 с.
Повторная	Концепция виртуальных миров… – С. 190.

При последовательном расположении первичной и повторной ссылок текст повторной ссылки заменяют словами «там же».

Затекстовые библиографические ссылки оформляются как перечень библиографических записей, помещенный после текста документа или его составной части. *Совокупность затекстовых библиографических ссылок не является библиографическим списком или указателем, как правило, также помещается после текста документа и имеет самостоятельное значение в качестве библиографического пособия*. Затекстовая библиографическая ссылка обычно дается вместе с внутритекстовой, которая в этом случае заключается в квадратные скобки.

Пример оформления:

- *В тексте:* [10, с. 81].
  В затекстовой ссылке: 10. Бердяев Н.А. Смысл истории / Н.А. Бердяев. – М.: Мысль, 1990. – 175 с.
- *В тексте:* [Бахтин: 2003, с. 18].
  В затекстовой ссылке: Бахтин М.М. Формальный метод в литературоведении: критическое введение в социальную поэтику / М.М. Бахтин. – М.: Лабиринт, 2003. – 192 с.

Затекстовые библиографические ссылки также подразделяются на первичные и повторные:

Первичная	Соловьев В.С. Красота в природе / В.С. Соловьев // Соловьев В.С. Соч. в 2 т. – Т. 1. – М.: Прогресс, 1988. – С. 35–36.
Повторная	Соловьев В.С. Указ. соч. – Т. 2. – С. 361.

Внутритекстовые ссылки допустимо сочетать с библиографической записью. Например: [10, с. 60], где первая цифра означает порядковый номер из списка литературы, приведенного в конце статьи (книги), а вторая — номер страницы источника, кроме этого может указываться том, параграф, книга, например: [5: Т. II. с. 60] [5: § 5, с. 60], [5: Кн. 5, с. 60]. Выбранный вариант сносок должен быть един по всей рукописи.

Библиографические ссылки на электронные ресурсы

Внутритекстовые

1. (Русское православие: [сайт]. URL: http://www.ortho-rus.ru);
2. (URL: http://www.bashedu.ru/encikl/title.htm).

Подстрочные

География: электрон. версия газ. 2001 № 15 (спец. вып.). URL: http://geo.1september/ru/article.php?ID=200101502 (дата обращения 13.03.2006).

Затекстовые

Дирина А.И. Право военнослужащих Российской Федерации на свободу ассоциаций / А.И. Дирина // Военное право: сетевой журнал. 2007. URL: http://www.voennoepravo.ru/node/2149 (дата обращения: 19.09.2007).

Примечание. Адреса ссылок делать без пробелов и переносов.

Библиографические ссылки на архивные документы

Внутритекстовые

1. (НБА РКП. Ф. 1. Оп. 19. Ед. хр. 8);
2. (РГАДА. Ф. 210 (Разрядный приказ. Разрядные вязки. Вязка 1. Ч. 1) № 10. Л. 1–64).

Подстрочные

1. Бондарский Б.С. Письма Б.С. Бондарского Д.Д. Шмараю. 1950-е гг. / Б.С. Бондарский // ОР РНБ. Ф. 1105 (Д.Д. Шмарай). Ед. хр. 258. Л. 1–27;
2. Биснек А.Г. Библиографические материалы книготорговой, издательской и библиотечной деятельности Василия Степановича Сопикова в Петербурге с 1791 по 1811 год: докл. на заседании Библиогр. Секции Кабинета библиотековедения Гос. публ. б-ки, 17 июня 1941 г. / А.Г. Биснек // Отд. арх. Документов РНБ. Ф.12. Д. 16. 36 л.

Затекстовые

1. Полторацкий С.Д. Материалы для «Словаря русских писателей, исторических и общественных деятелей и других лиц» / С.Д. Полорацкий // ОР РГБ. Ф. 223 (С.Д. Полторацкий). Картон 14–29;
2. Гущин Б.П. Журнальный ключ: статья / Б.П. Гущин // ПФА РАН. Ф. 900. Оп. 1. Ед. хр. 23. 5 л.

Библиографическое описание литературы учебных изданий приводится строго по библиографической записи ГОСТа 7.1–2003.

Книга:

Иванов А.А. Психология / А.А. Иванов. – 2-е изд. (если переиздавалась). – СПб.: Наука, 2001. – 530 с.

Если у книги несколько авторов, то перед названием выносится только первый с инициалами после фамилии. Все авторы (если их не более трех) указываются после названия и косой линии с инициалами перед фамилией.

Иванов А.А. Психология / А.А. Иванов, Б.Б. Петров, В.В. Сидоров. – М.: Наука, 2005. – 420 с.

Если у книги более трех авторов, то:

Иванов А.А. Психология / А.А. Иванов, Б.Б. Петров, В.В. Сидоров и др. – М.: Наука, 2005. – 420 с.

Если книга издана не в одном городе, то в качестве разделителя используется точка с запятой:

Иванов А.А. Психология / А.А. Иванов. – 2-е изд. (если переиздавалась). –М.; СПб.: Наука, 2001. – 530 с.

Если сочинение многотомное — указывается количество томов и (при конкретизации) номер тома:

1. Иванов А.А. Психология: в 2 т. / А.А. Иванов. – М.; СПб.: Наука, 2001. – 230 с., 530 с.
2. Иванов А.А. Психология: в 2 т. / А.А. Иванов. – Т. 1. – М.; СПб.: Наука, 2001. – 230 с.

Книги без авторов:

1. Российский профсоюз работников судостроения. Устав общественной общероссийской организации «Российский профсоюз работников судостроения» – РПРС: принят учред. конф. 17 дек. 1991 г.: изм. и доп. внес. I съездом профсоюза 22 дек. 1995 г., II съездом профсоюза 15 дек. 2000 г. – М.: ПрофЭко, 2001. – 43 с.
2. Государственный Эрмитаж (Санкт-Петербург). Отчетная археологическая сессия (2002). Отчетная археологическая сессия за 2002 год: тез. докл. / Гос. Эрмитаж. – СПб.: Изд-во Гос. Эрмитажа, 2002. – 62 с.

3. Воспитательный процесс в высшей школе России: материалы Межвузовской научно-практической конференции (г. Новосибирск, 26–27 апреля 2001 г.) / редкол.: А.Б. Борисов [и др.]. – Новосибирск: НГАВТ, 2001. – 157 с.

Статья в сборнике:

Иванов А.А. Моя психология / А.А. Иванов // Наша психология. – СПб.: Наука, 2001. – С. 90–100.

В том случае, если в тексте несколько ссылок на один источник, то страницы в библиографическом списке не указываются, а указываются в тексте в квадратных скобках.

Если у сборника есть составители или научные редакторы, их надо указывать:

Иванов А.А. Моя психология / А.А. Иванов // Наша психология / сост. и ред. В.В. Петрова, Г.Г. Сидорова. – СПб.: Наука, 2001. – С. 90–100.

Законодательные материалы:

1. Российская Федерация, Конституция (1993). Конституция Российской Федерации: офиц. текст. – М.: Маркетинг, 2001. – 39 с.
2. Российская Федерация. Законы. О воинской обязанности и военной службе: федер. закон: [принят Гос. Думой 6 марта 1998 г.: одобр. Советом Федерации 12 марта 1998 г.]. – М.: Ось-89, 2001. – 46 с.
3. Российская Федерация. Законы. Семейный кодекс Российской Федерации: федер. закон: [принят Гос. Думой 8 дек. 1995 г.: по состоянию на 3 янв. 2001 г.]. – СПб.: Victory: Стаун-кантри, 2001. – 94 с.
4. Гражданский процессуальный кодекс РСФСР: [принят третьей сес. Верхов. Совета РСФСР шестого созыва 11 июня 1964 г.]: офиц. текст: по состоянию на 15 нояб. 2001 г. / М-во юстиции Рос. Федерации. – М.: Маркетинг, 2001. – 159 с.

Периодические издания:

Журнал

Иванов А.А. Моя психология / А.А. Иванов // Вопросы нашей психологии. – 2001. – № 1. – С. 90–100.

Бюллетень

Российская Федерация. Гос. Дума. Государственная Дума: стеногр. заседаний: бюллетень / Федер. Собр. Рос. Федерации. – М.: ГД РФ, 2000. – № 49. – 63 с.

Газета

Михайлов С.А. Езда по-европейски / С.А. Михайлов // Независимая газета. – 2002. – 17 июня.

Неопубликованные материалы:

1. Формирование генетической структуры стада: отчет о НИР (промежуточ.): 42–44 / Всерос. Науч.-исслед. Ин-т животноводства; рук. В.А. Попов. – М., 2001. – 75 с. – № ГР 01840051. – Инв. № 04534333943.
2. Состояние и перспективы развития статистики печати Российской Федерации: отчет о НИР (заключ.): 06-02 / Рос. кн. палата; рук. А.А. Джиго. – М., 2000. – 250 с. – Инв. № 756600.

Диссертации

Белозеров И.В. Религиозная политика Золотой Орды на Руси в XIII–XIV вв.: дис. … канд. ист. наук / И.В. Белозеров. – М., 2002. – 234 с.

Депонированные научные работы:

1. Разумовский В.А. Управление маркетинговыми исследованиями в регионе / В.А. Разумовский, Д.А. Андреев; Ин-т экономики города. – М., 2002. – 210 с. – Деп. в ИНИОН Рос. акад. Наук 15.02.02, № 139876.
2. Социологические исследования малых групп населения / В.И. Иванов [и др.]; М-во образования Рос. Федерации, Финансовая академия. – М., 2002. – 110 с. – Деп. в ВИНИТИ 13.06.02, № 145432.

Нотные издания:

1. Бойко Р.Г. Петровские звоны [Ноты]: (Юность Петра): ор. 36 / Ростислав Бойко [крат. предисл. И. Мартынова и Е. Светланова]. – Партитура. – М.: Композитор, 2001. — 96 с.
2. Эшпай А.Я. Квартет [Ноты]: для 2 скрипок, альта и виолончели / Андрей Эшпай. – Партитура и голоса. – М.: Композитор, 2001. – 34 с.

Иностранные издания:

Следуют тем же правилам оформления. Буквенные обозначения тома, страницы и т. д. даются на соответствующем языке согласно стандарту.

Приложение 2

ОТВЕТЫ К ТЕСТОВЫМ ЗАДАНИЯМ

ГЛАВА 1

Тема 1. 1. г; **2.** б; **3.** а; **4.** г; **5.** в; **6.** а; **7.** в; **8.** б; **9.** б.

Тема 2. 1. а; **2.** Трехлетнем. **3.** б; **4.** а; **5.** в; **6.** в; **7.** г; **8.** а.

Тема 3. 1. в; **2.** г; **3.** в; **4.** а; **5.** б; **6.** а; **7.** в; **8.** б; **9.** в; **10.** в, д, б, е, ж, а, г.

Тема 4. 1. б; **2.** б; **3.** а; **4.** в; **5.** г; **6.** в; **7.** г; **8.** – 1 / Б, 2 / А, 3 / В; **9.** 1 / Б, 2 / А; **10.** а.

Тема 5. 1. б; **2.** в; **3.** г; **4.** а; **5.** б; **6.** в; **7.** а; **8.** б.

Тема 6. 1. г; **2:** 1а, 2б; **3.** в; **4:** 1а, 2б.

Тема 7. 1. б; **2.** г; **3.** г; **4.** в; **5.** в; **6.** г; **7.** Характер. **8.** б; **9.** а.

ГЛАВА 2

Тема 8. 1. а, б; **2.** а, б; **3.** в; **4.** а; **5.** в; **6.** б; **7.** а; **8.** б; **9.** 1 / А, 2 / Б; **10.** 1 / А, Г, 2 / Б, В.

Приложение 3

МЕТОДИКА ВЫЯВЛЕНИЯ ТИПОВ ЛИЧНОСТИ[1]

Типология Майерс-Бриггс (ТМБ) основана на теории психологических типов К. Юнга. Она характеризует предпочтения личности по четырем шкалам. Каждая шкала представляет два противоположных предпочтения.

Что такое тип? Тип — это комбинация и взаимодействие четырех предпочтений; обозначенные буквами они представляют четырехбуквенный код, например, тип ISTJ означает интроверта (I), который предпочитает получать сенсорную информацию (S) и приходит к решению, пользуясь мышлением (T), и который имеет по отношению к внешнему миру установку на суждение и решение (J). Человек с противоположными предпочтениями по всем четырем шкалам будет представлен буквами ENFP. Это означает экстраверта (E), который познает мир через интуицию (N), принимает решение на основе чувства (F) и имеет перцептивную установку по отношению к внешнему миру (P).

Остановимся на характеристике шкал.

На что вы больше обращаете внимание?

Шкала E – I	
Эта шкала описывает два противоположных предпочтения в отношении того, на чем вы склонны фокусировать свое внимание: на внешнем или на внутреннем мире.	
E (Экстраверсия)	I (Интроверсия)
Внимание людей, которые предпочитают экстраверсию, фокусируется на мире людей и внешних событий. Когда вы экстравертированы, вы получаете энергию из внешнего мира и туда же направляете свою	Внимание людей, которые предпочитают интроверсию, фокусируется на их внутреннем мире. Когда вы интровертированы, вы получаете энергию из того, что происходит в вашем внутреннем мире, и туда же направляете свою

[1] Ларионова Л.И. Теоретические подходы и методики по изучению одаренных детей: учебное пособие / Л.И. Ларионова, Н.А. Алаева, Е.В. Швецова. – Иркутск: Изд-во ИГПУ , 2001. – С. 131–145.

собственную энергию. Обычно экстраверты предпочитают общаться через устную, а не письменную речь. Они предпочитают познавать мир на собственном опыте и поэтому любят действовать.	собственную энергию. Интроверты более заинтересованы в той или работе, которую они могут делать наедине и не зависеть от других. Они предпочитают узнавать о вещах прежде, чем иметь с ними дело, и потому сначала думают, а потом действуют.
Шкала S – N	
Эта шкала описывает противоположные способы восприятия или получения информации, то, как вы узнаете о мире.	
S (Сенсорный)	N (Интуитивный)
Один способ исследовать мир — использовать ваши сенсорные способности, функции. Глаза, уши и другие органы чувств говорят нам, что в действительности происходит как внутри, так и снаружи вас. Сенсорные впечатления особенно полезны для познания реальности. Сенсорные типы обычно принимают и признают то, что дано «здесь-и-теперь», и таким образом оказываются реалистичными и практичными. Они успешны в запоминании большого числа фактов, а также в работе с ними.	Другой способ познания — через интуицию. С ее помощью постигаются смыслы, отношения и возможности, которые лежат за пределами сенсорной информации. Интуиция создает целостные картины и пытается уловить суть вещей. Если вы склонны к интуиции, то легче усматриваете новые возможности и новые пути деятельности. Интуитивные типы ценят воображение и вдохновение.
Шкала T – F	
После того как вы получили информацию с помощью одной из описанный выше перцептивных функций, вы должны что-то сделать с этой информацией. Информация используется для того, чтобы прийти к заключению, принять решение или сформировать собственное мнение. Эта шкала описывает противоположные пути принятия решений или формирования суждений о чем-либо.	

T (Мыслящий)	F (Чувствительный)
Один путь принятия решений — через мышление. Мышление предсказывает логические последствия. Когда вы используете мышление, вы судите объективно, учитывая причинно-следственные отношения. Ваше решение основано на анализе и рассмотрении доводов, в том числе неприятных. Люди, предпочитающие мышление, ищут объективные критерии истины. Они хороши в анализе недостатков чего-либо.	Другой способ принятия решений основан на чувстве. Чувство показывает, что нужно для вас или других людей (без особого внимания к логике), и приводит к решению на основе ценностей, центрированных на личности. Принимая решение, вы задаетесь вопросом, насколько каждая альтернатива для вас значима и важна. Чувствительные типы предпочитают иметь дело с людьми и проявляют симпатию, приветливость и тактичность (важно понимать, что слово «чувство» используется здесь для обозначения того, что решение принимается на ценностной основе. Здесь этот термин не означает ваши переживания или эмоции).
Шкала J – P	
J (Решающий)	P (Перцептивный)
Решающие типы планируют, организуют и стараются контролировать свою жизнь. Они любят выносить суждения, принимать решения и доводить дело до конца. Предпочитают структурировать и организовывать мир. (Важно помнить. Что слово «суждение» по отношению к решающему типу не означает осуждения, поскольку человек любого типа может быть осуждающим).	Те, кто склонны использовать перцептивные процессы в отношении внешнего мира (сенсорные или интуитивные), отличаются гибкостью и спонтанностью. При установке на восприятие они собирают информацию и сохраняют возможность выбора. Люди перцептивных типов скорее пытаются понять мир, чем управлять им. Они предпочитают сохранять свою открытость опыту, доверяя своей способности гибко приспосабливаться к меняющимся условиям, и получают от этого удовольствие.

Для определения типа личности необходимо воспользоваться «Индикатором типов Майерс-Бриггс».

Если вы являетесь экстравертом (E), то вы, по всей вероятности:

– Имеете тенденцию сначала говорить, а потом думать, не всегда зная заранее, что скажете; вы нередко ругаете за это самого себя, говоря: «Научусь я когда-нибудь держать язык за зубами?».

– Знакомы со множеством людей и считаете немало из них своими близкими друзьями, чем с большим числом людей вы сталкиваетесь в своей деятельности, тем лучше себя чувствуете.

– Не имеете ничего против того, чтобы читать или с кем-то разговаривать, когда включен телевизор или радио, или ведутся какие-то другие разговоры; скорее всего, вы даже не обращаете на это внимание.

– Пользуетесь расположением друзей, коллег и даже незнакомых людей, хотя, возможно, до некоторой степени доминируется в разговоре.

– С удовольствием прерываетесь на телефонные звонки; немедленно снимете трубку (или заходите к кому-то в кабинет), как только вам надо что-то сказать.

– С удовольствием ходите на собрания, горя желанием поделиться своим мнением, бываете огорчены, если вам не удается высказать свою точку зрения.

– Предпочитаете делиться своими идеями с другими, а если долгое время находитесь наедине со своими мыслями, чувствуете, что вам чего-то не хватает.

– Находите, что слушать труднее, чем говорить; вам нравится находится в центре внимания, а когда вы не можете принимать участие в разговоре, вам становится скучно.

– Облегчаете себе задачу, рассуждая вслух: «Я потерял очки. Кто-нибудь видел мои очки? Они были здесь всего минуту назад», а когда теряете мысль, помогаете себе «нащупать» нить разговора словами: «Да, что я говорил? Кажется, что-то насчет утреннего собрания».

– Нуждаетесь в том, чтобы коллеги, начальники и подчиненные говорили вам, что вы собой представляете, что делаете, как выглядите и прочее; может быть, вы и знаете, что все обстоит хорошо, но вам нужно подтверждение, чтобы поверить в это до конца.

Если вы являетесь интровертом (I), то вы, по всей вероятности:

– Продумываете то, что хотите сказать, и предпочитаете, чтобы другие делали то же самое; часто отвечаете: «Я должен об этом подумать» или «Позвольте мне сказать об этом позже».

– Любите быть предоставленными самим себе; считаете, что на ваше личное время многие посягают, а потому умеете так сконцентрироваться, что можете отгородиться от разговоров, телефонных звонков и т. д.

– Считаетесь «хорошим слушателем», но чувствуете, что другие злоупотребляют этим.

– Слышите иногда, что вы «застенчивы»; согласны вы с этим или нет, но в глазах других вы выглядите иногда замкнутым и задумчивым.

– Любите проводить время с одним или несколькими близкими друзьями.

– Хотели бы более настойчиво предлагать свои идеи; обижаетесь на тех, кто излагает то, что вы только что собирались сказать.

– Не любите, чтобы вас прерывали, когда вы говорите о своих мыслях и чувствах; не прерываете других в надежде, что они ответят вам взаимностью, когда очередь говорить дойдет до вас.

– Нуждаетесь в том, чтобы побыть в одиночестве и «перезарядиться» после того, как провели какое-то время на собрании, разговаривая по телефону или в обществе, и чем напряженнее было общение, тем больше вероятность того, что вы будете чувствовать себя опустошенным.

– Слышали в детстве от родителей «пойди на улицу погуляй, поиграй со своими друзьями»; вероятно, ваши родители были обеспокоены тем, что вам нравилось оставаться наедине с самим собой.

– Не любите пустой болтовни; с подозрением относитесь к людям, которые слишком щедры на комплименты, или раздражаетесь, когда они повторяют то, что уже было кем-то сказано. Вам приходит в голову, что они «изобретают велосипед», потому что не говорят ничего нового.

Не забывайте о том, что это все предпочтения. Вполне вероятно, что вы согласитесь с какими-то положениями, относящимися к каждому предпочтению. Здесь нет ничего странного. Помните также, что нельзя понимать это однозначно. Кто-то может согласиться со всеми положениями, относящимися к экстравертам, и ни с одним, относящимся к интровертам. Вероятнее всего, это явно выраженные экстраверты. Другие могут согласиться с половиной положений, относящихся к экстравертированному типу, и с половиной — к интровертированному; их предпочтения не столь выражены, хотя они все же есть.

Если вы относитесь к сенсорному типу (S), то вы, по всей вероятности:

– Предпочитаете точные ответы на точные вопросы; если вы спрашиваете у кого-то, который час, вы предпочитаете ответ «три пятьдесят две» и разозлитесь, если вам ответят: «Около четырех» или «Пора уходить».

– Концентрируетесь на том, что делаете в данный момент, не думая, что за этим последует; больше того, вы скорее будете что-то делать, чем думать об этом.

– Предпочитаете тот вид работы, который приносит осязаемый результат, ненавидя домашнюю работу, вы на работе предпочитаете приводить в порядок свое рабочее место вместо того, чтобы обдумывать, как сложится в дальнейшем карьера.

– Удовлетворены тем, что есть, и не понимаете, почему некоторые все время стремятся все усовершенствовать.

– Любите иметь дело с цифрами, а не с идеями и теориями; вам нравится, когда вам рассказывают что-то последовательно, а не сбивчиво.

– Считаете слово «фантазия» бранным словом и не понимаете тех, кто позволяет себе роскошь предаваться фантазии.

– Читаете журналы и доклады от начала до конца; не понимаете, как могут некоторые предпочитать заглядывать в них тогда, когда сочтут нужным.

– Недовольны, когда вам не дают четких инструкций или когда кто-то говорит: «Вот общий план, детали мы обсудим позже»; еще хуже для вас бывает, когда четкие инструкции другие воспринимают как туманные указания.

– Понимаете все буквально и поэтому часто спрашиваете: «Вы это серьезно?». Тот же вопрос нередко задают и вам.

– Легче воспринимаете детали, чем картинку в целом; на работе легче сосредотачиваетесь на вашем собственном задании или на задании отдела, и вас мало беспокоит, как оно соотносится с общей работой.

– Исповедуете мнение что «лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать».

Если вы относитесь к интуитивному типу (N), то вы, по всей вероятности:

– Имеете обыкновение думать сразу о нескольких вещах; друзья и коллеги часто обвиняют вас в рассеянности.

– Находите, что будущее и все, что оно несет, скорее интригующее, чем пугающее; вы, как правило, больше захвачены тем, что будет, а не тем, что есть.

– Считаете, что «скучные детали» ни к чему.

– Считаете, что время относительно; сколько бы ни было времени, вы не полагаете, что опоздали, просто собрание или мероприятие началось без вас.

– Любите разбираться с тем, как что работает, исключительно из любопытства.

– Любите каламбуры и кроссворды.

– Пытаетесь найти взаимосвязь между вещами, не принимая все на веру; всегда спрашиваете: «А что это значит?».

– Склонны давать общие ответы на вопросы; не понимаете почему многие вас не понимают и хотят, чтобы вы говорили конкретней.

– Скорее будете предаваться фантазиям о том, куда истратить следующую зарплату, вместо того, чтобы взять чековую книжку и подвести баланс.

Возможно, вы снова обнаружите, что находите в себе и те, и другие склонности. Каждому присущи какие-то характеристики сенсорного типа, а какие-то интуитивного. Читая описания типов и пытаясь определить свои предпочтения, вы вероятно обнаружите некоторые характеристики, более присущие вам, чем другим.

Если вы относитесь к мыслительному типу (Т), то вы, по всей вероятности:

– Способны оставаться невозмутимым и сдержанным в ситуациях, в которых другие теряют самообладание.

– Будете улаживать спор не во имя блага, а во имя истины.

– Будете доказывать свою точку зрения ради ясности; можете принять участие в споре, поддерживая то одну, то другую сторону, желая расширить свои интеллектуальные возможности.

– Обладаете скорее волевым, чем мягким характером; если вы расходитесь во взглядах с людьми, вы скорее скажете им об этом, чем промолчите и позволите им думать, что они правы.

– Гордитесь своей объективностью, несмотря на то, что многие обвиняют вас в холодности и равнодушии; вы знаете, что это далеко не так.

– Способны принимать непростые решения и не можете понять, почему люди беспокоятся о том, что не имеет к ним прямого отношения.

– Считаете, что важнее быть правым, чем кому-то нравиться; вы не считаете, что для того, чтобы успешно работать в контакте с людьми, обязательно относится к ним с симпатией.

– Полагаетесь больше на логичные и научно обоснованные теории, пока не получите, например, достаточной информации, подтверждающей пользу Типоведения. Будете относиться к нему скептически.

– Легче запоминаете номера и цифры, чем лица и имена.

Если вы относитесь к чувственному типу (F), то вы, по всей вероятности:

– Считаете «хорошим решением» то, которое принимает во внимание чувства других людей.

– Считаете, что нельзя точно определять понятие «любовь»; вы с негодованием относитесь к тем, кто пытается это делать.

– Будете лезть из кожи вон, чтобы удовлетворить потребности других людей; сделаете все возможное, чтобы помочь им, даже ценой собственного благополучия.

– Ставите себя на место других; вероятно, вы из тех, кто спрашивает на собрании: «Как это отразится на тех, кто принимает в этом участие?».

– С удовольствием оказываете людям услуги, хотя находите, что некоторые этим злоупотребляют.

– Задаетесь вопросом: «Неужели никому нет дела до того, что я хочу?», хотя вам трудно задать этот вопрос вслух.

– Не раздумывая возьмете сказанные слова назад, если считаете, что они кого-то обидели; из-за этого вас считают нерешительным.

– Предпочитаете согласие; конфликты приводят вас в смятение, и вы стараетесь или избежать их («Давайте сменим тему»), или сгладить («Давайте пожмем друг другу руки и будем друзьями».

Интересно, что только Мыслительный и Чувствующий типы имеют отношения к полу. Почти две трети всех мужчин относятся к Мыслительному типу, почти такое же количество женщин — к Чувствующему.

Если вы относитесь к решающему типу (J), то вы, по всей вероятности:

– Всегда ждете остальных, которые вечно опаздывают.

– Отводите место для каждой вещи и не успокаиваетесь до тех пор, пока все вещи не окажутся на своих местах.

– Считаете, что, если бы каждый просто делал то, что от него требуется и тогда, когда это требуется, мир стал бы намного лучше.

– Просыпаясь утром, четко представляете себе, что будете делать в течение дня; у вас есть план, которому вы следуете, а если он нарушается, вас это выбивает из колеи.

– Не любите сюрпризов и даете это понять остальным.

– Ведете записи того, что должны сделать; если вам удается сделать то, что вы не намечали, вы с удовольствием впишите это в свой план только для того, чтобы вычеркнуть, как выполненное.

– Являетесь поборником порядка; предметы на вашем рабочем столе разложены по определенной системе точно так же подшиты документы.

– Вас обвиняют в том, что вы раздражаетесь, а это совсем не так, вы просто выражаете свое мнение.

– Любите довести работу до конца и убрать за собой, даже если знаете, что вам придется вернуться к ней снова, чтобы переделать.

Если вы относитесь к воспринимающему типу (P), то вы, по всей вероятности:

– Рассеянный человек, можете «заблудиться», выйдя из подъезда, чтобы сесть в машину.

– Любите узнавать что-то новое, даже если речь идет всего лишь о новом маршруте пути с работы домой.

– Не ставите перед собой задач, а ждете, когда станет ясно, что требуется от вас; вас обвиняют в том, что вы не организованны, хотя вы знаете, что это не так.

– Делаете рывок в последнюю минуту, чтобы уложиться в срок; как правило, вам это удается, но всех остальных вы сводите с ума.

– Не считаете, что «аккуратность превыше всего», хотя предпочитаете во всем порядок; для вас важны творческие способности, непосредственность и ответная реакция.

– Превращаете почти каждую работу в забаву; если работа не может служить развлечением, она теряет для вас смысл.

– Часто меняете тему разговора; новой темой может быть все, что приходит вам в голову или появляется в поле вашего зрения.

– Иногда ничего не имеете против неопределенности.

– Не любите, когда вас чем-либо обязывают; предпочитаете не торопиться с решением.

Таким образом, после прочтения и выбора предпочтений вы можете определить свой тип личности по данной типологии.

Остановимся на характеристике шестнадцати типов личностей.

ENFJ. Высоко ценят готовность других к сотрудничеству и сами стремятся к тому же. Проявляют заботу, обеспокоенность, интересуются делами других; люди обращаются к ним за поддержкой и утешением, которые они готовы оказать. Очень терпимы, редко критикуют, всегда доверяют и понимают других людей. Свободно пользуются языком, особенно устной речью, высказываются без стеснения перед большой и малой аудиторией. Обладают редкой способностью к эмпатии, внимательны к чертам характера, эмоциям и взглядам других; способны понимать других с завидной точностью. Хорошо социализированы.

INFJ. Ориентированы на возможности. Проявляют необыкновенно сильное стремление поддерживать благополучие других и искренне радуются, помогая друзьям. У них хорошо развита способность к эмпатии. Понимают душевные движения лучше, чем другие типы. В личном общении проявляют неординарную теплоту, энтузиазм, глубокое понимание партнера. Круг их привязанностей довольно узок, но они дружат крепко и долго. То, что известно, как экстрасенсорное восприятие, присуще этому типу более, чем какому-либо другому. Обладают живым воображением, склонны к мистике, более поэтичны, чем представители других типов. Искусны в метафорах, их устной и письменной речи присущи элегантность и сложность, обладают прекрасными лингвистическими способностями. Обычно успешны в учении, способны к творчеству, но не хвалятся этим. К работе относятся серьезно, с удовольствием занимаются теоретической деятельностью. Обнаруживают навязчивое стремление к высокому качеству. Обычно не являются явными лидерами, но способны оказывать влияние, оставаясь «за сценой». Легкоранимы, стремятся жить в собственном мире. Готовы к компромиссам, считают конфликты неприятными и разрушительными.

Способны к высокой организации, к работам, требующим одиночества и сосредоточения, любят трудные задачи.

ENFP. Стремятся к подлинности. Сильные эмоциональные переживания считают жизненно необходимыми. Постоянно исследуют внешнее окружение, острые и проницательные наблюдатели. Гиперчувствительны, всегда готовы действовать. Готовы к чрезвычайным обстоятельствам. Имеют тенденцию верить тому, что подтверждает их предрассудки. Могут быстро заскучать, не любят повторений. Активно утверждают свою независимость, не признают субординацию как во внутреннем мире, так и по отношению к другим. Постоянно окружены людьми, которые пользуются их мудростью, воодушевлением, смелостью, следуют за ними. Постоянно окружены людьми, которые пользуются их мудростью, воодушевлением, смелостью, следуют за ними. Определенно оптимистичны, часто проявляют энтузиазм, сильны духом, изобретательны, обладают богатым воображением, и им удается почти все, за что они принимаются. С удовольствием изобретают новые способы действий. Нуждаются в обратной связи от окружающих. Оспаривают принятые способы действий и стремятся сделать по-своему.

INFP. В обращении с окружающими спокойны и приятны. Часто считаются скрытными и даже стеснительными, в то же время они сами не считают себя отстраненными. Идеалистичны. Имеют развитое чувство чести, основанное на собственных принципах. Стремятся проводить определенную линию жизни. Поддерживают красоту против уродливого, моральное против безнравственного. Хорошо адаптируются, приветствуют новые идеи и новую информацию, в большинстве случаев хорошо их усваивают, хотя могут соблюдать психологическую дистанцию. Сохраняют спокойствие в сложных ситуациях, но часто теряют терпение перед лицом рутины. Заинтересованы в обучении. Ценят гармонию и могут предпринимать большие усилия по ликвидации стойких конфликтов. Их дом — это их крепость.

ENTJ. Любят командовать, наводить порядок там, где они оказываются. Стремятся освоить стратегии и цели, а не правила и процедуры. Гораздо более доверяют эмпирическим выводам, чем интуиции. Лояльны к установленным процедурам, если обнаруживают в них некоторый смысл. Не могут лидировать. Предпочитают решения, основанные

на внеличностных данных и хорошо продуманных планах. С удовольствием работают как администраторы, ответственны.

INTJ. Наиболее уверенные в себе из всех типов. Живут в мире своих мыслей. Процесс принятия решений не доставляет им трудности. Смотрят в будущее, а не в прошлое. Строят системы и действуют на основе теоретических схем. Авторитет сам по себе не производит на них впечатления. Открыты новому. Теории, которые не работают, быстро ими отодвигаются. Стремятся к завершенности, учитывают отдаленные последствия. Рассматривают трудности как призыв к проявлению творческой инициативы. Могут встать на очень ограниченную точку зрения. Ввиду их стремления требовать от других нести такой же груз, какой они берут на себя, их часто считают чрезмерно требовательными и придирчивыми. Они более ориентированы на требования организации, чем на нужды людей. Наиболее независимые из всех типов. Ни мужчины, ни женщины этого типа не расположены к выражению чувств. Временами они выглядят холодными, замкнутыми, плохо реагирующими. Могут не идти на встречу другим. Имеют большую потребность в независимости, автономии; безразличие или критику в свой адрес переносят невозмутимо, особенно когда считают ее справедливой. Обладают большой потребностью в личном пространстве.

ENTP. Работают с воображением, всегда готовы к грядущим поворотам событий и чувствительны к возможностям. Ищут лучших путей, заинтересованы в новых проектах, действиях и процедурах. Восхищаются многим, им легко доставить удовольствие. Проявляют способность игнорировать стандартное, традиционное, утвержденное авторитетом. Ценят идеи тогда, и только тогда, когда они намечают возможные цели и действия. Способны к импровизации, обладают необычайным талантом добиться своего в любой ситуации. Им достаточно наметки плана, чтобы уверенно начать действовать, привлекая свою способность импровизировать и изобретать. Могут быть хорошими собеседниками, могут намеренно спорить; более, чем другие типы могут занимать доминирующее положение.

INTP. Созидатели. Авторитет не производит на них впечатления. Презирают чрезмерность и непоследовательность, ценят интеллект, могут быть интеллектуальными снобами. Для них мир существует прежде

всего, чтобы его понимать. Мастера решения трудных задач. Предпочитают работать спокойно, без отвлечения и часто в одиночестве. Временами — в работе целиком. Спасаются в мире книг и выходят из него тогда, когда это становится физически необходимо. Их внутренний мир трудно узнать, они склонны к стеснительности по отношению ко всем, кроме близких друзей; их отстраненность довольно трудно преодолеть.

ESTJ. Ответственны. Успешно организуя дела, они любят порядок. Оценивают других принятыми мерками, реалистичны, принимают существующее. Знают свои обязанности и не стремятся увиливать. Пунктуальны. Следуют установленному порядку, точны, аккуратны. В человеческих отношениях следуют традициям и ритуалам. Надежны, стойки.

ISTJ. Надежны, довольно спокойны и серьезны. Необычайно упорны, обстоятельны, интересуются деталями, конкретными процедурами, правильны, устойчивы и стабильны. Работают спокойно, терпеливо. Могут быть опорой. Слово долг для них значимо. Не любят и не доверяют вычурности в речи, одежде или домашней обстановке. В их поступках нет ничего бессмысленного.

ESFJ. Наиболее социабельны из всех типов. Главная опора установленного порядка. Прекрасные хозяева и хозяйки. Начинают называть людей по имени после первого знакомства. Заботятся о том, чтобы всем было удобно и интересно. Нуждаются в одобрении. Совестливы и организованны. Дружелюбны, успешны в торговле. Уважают правила, подчиняются им, лояльны. Четко судят о том, что следует и не следует предпринимать. Наслаждаются общением и публичностью. Ориентируются на статус и часто подчиняются авторитету. Сентиментальны, жизнь для них — это люди и события, а не идеи и принципы.

ISFJ. Главное желание — быть нужным. Высоко ценят традиции и экономность. Наименее гедонистичны из всех типов. Считают, что работать следует хорошо, что развлечения надо заслужить, готовы трудиться долгие часы. Принятый порядок редко ставится под сомнение. Рекомендации в книгах принимают как закон. Сверхнадежны, лояльны и посвящают себя не месту, а человеку. Ценят материальные ресурсы и питают отвращение к их разбазариванию или неправильному использованию. Часто перерабатывают, традиционны.

ESTP. Изобретательны, дружелюбны, привлекательны, с заметным элементом театральности. Социально искусны, покладисты, цивилизованны, прекрасно манипулируют людьми и ситуациями. Все действия рассчитаны на аудиторию. Остроумны, умеют шутить. Безудержные прагматисты — считают, что цель оправдывает средства. Незаменимы в организации деятельности многих людей, требующей согласования, переговоров, торговли, хотя их пренебрежение деталями может привести прекрасное начинание к краху. Любят состояние радостного подъема, популярны. Плохо переносят беспокойство и стремятся избегать ситуации напряженных отношений. Хорошо понимают афоризмы: быстро путешествует тот, кто делает это в одиночестве.

ESFP. Деятели, излучающие тепло и оптимизм. С ними весело, они чрезвычайно щедры, не остаются в одиночестве, любят возбуждение и распространяют его вокруг себя. Их лицо излучает счастье. Прекрасные собеседники, любят поесть, попить, повеселиться. Им нравится развлекать людей, их дом обычно наполнен гостями, которые приятно проводят время. Склонны к импульсивности, они очень плохо переносят напряжение и тревогу. Любят работать с людьми и без труда составляют о них точное мнение.

ISTP. Жизнь для них представляет подобие искусства, она ценна сама по себе. Больше ценят поступки, которые порождены импульсом, а не целью. Стараются поступать по-своему, считают себя свободными в выборе поступков. Часто бесстрашны. Расцветают от возбуждения в предвкушении интересных затей, подвержены скуке. Притягиваются к орудиям и инструментам как к магниту, искусны в обращении с ними. Импульсивны, готовы бросить дело в любой момент просто потому, что оно надоело. Общаются через дело, не обнаруживая особых речевых способностей.

ISFP. Чувствительные люди, художники, искусники. Выражают себя через действия и изобразительные средства. Гедонистичны и импульсивны, ведут эпикурейский образ жизни, ориентируясь на «здесь и теперь», делают не без изящества. Не любят планировать, готовиться, ждать. Ценят свою импульсивность и считают ее основой своей жизни. Начатое дело правит ими: на гору надо карабкаться просто потому, что она есть. Настроены на восприятие цвета, фактуры, линий, прикосновения, движения; видят и слышат гармонию лучше других. Безусловно добры

во всех смыслах. Обычно не проявляют интереса к развитию устной и письменной речи. Число великих мастеров этого типа огромно. Музыка и танцы — почти исключительно их области; среди них также встречаются выдающиеся спортсмены. В условиях дикой природы они чувствуют себя как дома.

Приложение 4

ТЕСТ-ОПРОСНИК САМООТНОШЕНИЯ
(В.В. Столин, С.Р. Пантелеев)[1]

Тест-опросник построен в соответствии с разработанной В.В. Столиным иерархической моделью структуры самоотношения.

Опросник направлен на исследование комплекса факторов отношения к себе. Опросник включает следующие шкалы:

Шкала S — измеряет интегральное чувство «за» или «против» собственного «Я» испытуемого;

Шкала I — самоуважение;

Шкала II — аутосимпатия;

Шкала III — ожидание положительного отношения от других;

Шкала IV — самоинтерес.

Опросник содержит также семь шкал, направленных на измерение выраженности установки на те или иные внутренние действия в адрес «Я» испытуемого:

Шкала 1 — самоуверенность,

Шкала 2 — отношение других,

Шкала 3 — самопринятие,

Шкала 4 — саморуководство, самопоследовательность,

Шкала 5 — самообвинение,

Шкала 6 — самоинтерес,

Шкала 7 — самопонимание.

Текст опросника

1. Думаю, что большинство моих знакомых относится ко мне с симпатией.
2. Мои слова не так уж часто расходятся с делом.
3. Думаю, что многие видят во мне что-то сходное с собой.
4. Когда я пытаюсь себя оценить, я прежде всего вижу свои недостатки.
5. Думаю, что как личность я вполне могу быть притягательным для других.

---

[1] Теоретические подходы и методики по изучению одаренных детей: учеб. пособие. – Иркутск: Изд-во ИГПУ, 2001. – С. 85–91.

6. Когда я вижу себя глазами любящего меня человека, меня неприятно поражает то, насколько мой образ далек от действительности.

7. Мое «Я» мне всегда интересно.

8. Я считаю, что иногда не грех пожалеть самого себя.

9. В моей жизни есть или по крайней мере были люди, с которыми я был чрезвычайно близок.

10. Собственное уважение мне еще надо заслужить.

11. Бывало, и не раз, что я сам себя остро ненавидел.

12. Я вполне доверяю своим внезапно возникшим желаниям.

13. Я сам хотел бы во многом себя переделать.

14. Мое собственное «Я» не представляется мне чем-то достойным глубокого внимания.

15. Я искренне хочу, чтобы у меня было все хорошо в жизни.

16. Если я и отношусь к кому-нибудь с укоризной, то прежде всего к самому себе.

17. Случайному знакомому я, скорее всего, покажусь человеком приятным.

18. Чаше всего я одобряю свои планы и поступки.

19. Собственные слабости вызывают у меня что-то наподобие презрения.

20. Если бы я раздвоился, то мне было бы довольно интересно общаться со своим двойником.

21. Некоторые свои качества я ощущаю как посторонние, чужие мне.

22. Вряд ли кто-либо сможет почувствовать свое сходство со мной.

23. У меня достаточно способностей и энергии воплотить в жизнь задуманное.

24. Часто я не без издевки подшучиваю над собой.

25. Самое разумное, что может сделать человек в своей жизни — это подчиниться собственной судьбе.

26. Посторонний человек, на первый взгляд, найдет во мне много отталкивающего.

27. К сожалению, если я и сказал что-то, это не значит, что именно так и буду поступать.

28. Свое отношение к самому себе можно назвать дружеским.

29. Быть снисходительным к собственным слабостям вполне естественно.

30. У меня не получается быть для любимого человека интересным длительное время.

31. В глубине души я бы хотел, чтобы со мной произошло что-то катастрофическое.

32. Вряд ли я вызываю симпатию у большинства моих знакомых.

33. Мне бывает очень приятно увидеть себя глазами любящего меня человека.

34. Когда у меня возникает какое-либо желание, я прежде всего спрашиваю себя, разумно ли это.

35. Иногда мне кажется, что, если бы какой-то мудрый человек смог увидеть меня насквозь, он тут же бы понял, какое я ничтожество.

36. Временами я сам собой восхищаюсь.

37. Можно сказать, что я ценю себя достаточно высоко.

38. В глубине души я никак не могу поверить, что я уже не ребенок.

39. Без посторонней помощи я мало что могу сделать.

40. Иногда я сам себя плохо понимаю.

41. Мне очень мешает недостаток энергии, воли и целеустремленности.

42. Думаю, что другие в целом оценивают меня достаточно высоко.

43. В моей личности есть, наверное, что-то такое, что способно вызывать у других острую неприязнь.

44. Большинство моих знакомых не принимает меня уж так всерьез.

45. Сам у себя я довольно часто вызываю чувство раздражения.

46. Я вполне могу сказать, что уважаю сам себя.

47. Даже мои негативные черты не кажутся мне чужими.

48. В целом, меня устраивает то, какой я есть.

49. Вряд ли меня можно любить по-настоящему.

50. Моим мечтам и планам не хватает реалистичности.

51. Если бы мое второе «Я» существовало, то для меня это был бы самый скучный партнер по общению.

52. Думаю, что мог бы найти общий язык с любым разумным и знающим человеком.

53. То, что во мне происходит, как правило, мне понятно.

54. Мои достоинства вполне перевешивают мои недостатки.

55. Вряд ли найдется много людей, которые обвинят меня в отсутствии совести.

56. Когда со мной случаются неприятности, как правило, я говорю: «И поделом тебе».

57. Я могу сказать, что в целом я контролирую свою судьбу.

Ключ для обработки

Приводятся номера пунктов и знак, с которым пункт входит в соответствующий фактор.

Шкала S (интегральная)	«+»: 2, 5, 23, 33, 27, 42, 46, 48, 52, 53, 57 «–»: 6, 9, 13, 14, 16, 18, 30, 35, 38, 39, 41, 43, 44, 45, 49, 50, 56
Шкала самоуважения (I)	«+»: 2, 23, 53, 57 «–» : 8, 13, 25, 27, 31, 35, 38, 39, 40, 41, 50
Шкала аутосимпатии (II)	«+»: 12, 18, 28, 29,37,46,48, 54 «–»: 4, 9, 11, 16, 19, 24, 45, 56
Шкала ожидания положительного отношения других (III)	«+»: 1, 5, 10, 15,42, 55 «–» : 3, 26, 30, 32, 43, 44, 49
Шкала самоинтереса (IV)	«+»:7, 17, 20, 33, 34, 52 «–»: 14,51
Шкала самоуверенности (1)	«+»: 2, 23, 37, 42, 46 «–»: 38,39,41
Шкала ожидания отношения других (2)	«+»: 1, 5, 10, 52, 55 «–»: 32, 43, 44
Шкала самопринятия (3)	«+»: 12, 18, 28, 47, 48, 54 «–»: 21
Шкала самопоследовательности (саморуководства) (4)	«+»: 50, 57 «–»: 25, 27, 31, 35, 36
Шкала самообвинения (5)	«+»: 3, 4, 9, 11, 16, 24, 45, 56 «–»: нет
Шкала самоинтереса (6)	«+»: 17, 20, 33 «–»: 26, 30, 49,51
Шкала самопонимания (7)	«+»: 53 «–»: 6, 8, 13, 15, 22, 40

Порядок подсчета

Показатель по каждому фактору подсчитывается путем суммирования утверждений, с которыми испытуемый согласен, если они входят в фактор с положительным знаком; и утверждения, с которыми испытуемый не согласен, если они входят в фактор с отрицательным знаком.

«Сырой балл»	Накопленные частоты (в %)	«Сырой балл»	Накопленные частоты (в %)
Фактор S			
0	0	16	74,33
1	0,67	17	80,00
2	3,00	18	85,00
3	5,33	19	88,00
4	6,33	20	90,67
5	9,00	21	93,33
6	13,00	22	96,00
7	16,00	23	96,67
8	21,33	24	98,00
9	26,67	25	98,33
10	32,33	26	98,67
11	38,33	27	99,67
12	49,00	28	99,67
13	55,33	29	100,00
14	62,67	30	100,00
15	69,33		
Фактор I			
0	1,67	8	58,67
1	4,00	9	71,33
2	6,00	10	80,00
3	9,33	11	86,67
4	16,00	12	91,33
5	25,33	13	96,67
6	34,00	14	99,67
7	44,67	15	100,00
Фактор II			
0	0,33	8	69,67
1	3,67	9	77,33
2	9,00	10	86,00
3	16,00	11	90,67
4	21,67	12	96,67
5	28,00	13	98,33
6	37,33	14	99,67
7	47,00	15	

«Сырой балл»	Накопленные частоты (в %)	«Сырой балл»	Накопленные частоты (в %)
Фактор III			
0	0,00	7	17,67
1	0,00	8	27,33
2	0,67	9	39,67
3	1,00	10	53,00
4	3,33	11	72,00
5	6,00	12	91,33
6	9,00	13	100,00
Фактор IV			
0	0,67	5	49,67
1	2,00	6	71,33
2	5,33	7	92,33
3	16,00	8	100,00
4	29,00		
Фактор 1			
0	3,77	5	65,67
1	7,33	6	81,33
2	16,67	7	92,33
3	29,33	8	100,00
4	47,67		
Фактор 2			
0	0,00	5	32,00
1	0,67	6	51,33
2	3,67	7	80,00
3	7,33	8	100,00
4	15,00		
Фактор 3			
0	2,67	4	50,67
1	7,67	5	70,67
2	16,67	6	89,67
3	34,33	7	100,00
Фактор 4			
0	3,00	4	60,33
1	9,67	5	79,67

«Сырой балл»	Накопленные частоты (в %)	«Сырой балл»	Накопленные частоты (в %)
2	25,67	6	92,00
3	38,33	7	100,00
Фактор 5			
0	1,67	5	60,67
1	4,67	6	81,67
2	15,00	7	96,67
3	27,67	8	100,00
4	43,33		
Фактор 6			
0	0,67	4	34,33
1	3,00	5	54,67
2	11,33	6	80,00
3	20,00	7	100,00
Фактор 7			
0	4,33	4	83,67
1	21,33	5	94,00
2	43,33	6	99,33
3	68,67	7	100,00

Приложение 5

МЕТОДИКА ИЗУЧЕНИЯ САМООЦЕНКИ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКА[1] (тест С. Будасси)

Методика дает представление о степени адекватности самооценки личности. Применяется как индивидуально, так и в группе.

Слова, обозначающие качества личности, записываются в столбик посередине страницы:

Агрессивность	Легковерие	Осторожность	Трусость
Беспечность	Лицемерие	Подвижность	Увлекаемость
Бескорыстие	Мнительность	Принципиальность	Уступчивость
Гордость	Навязчивость	Презрительность	Холодность
Дружелюбие	Настойчивость	Равнодушие	Честность
Жестокость	Небрежность	Расчетливость	Черствость
Заботливость	Непринужденность	Самозабвенность	Эрудиция
Застенчивость	Нерешительность	Сдержанность	Энтузиазм
Изнеженность	Обаяние	Скупость	Эмоциональность
Искренность	Отзывчивость	Терпеливость	Язвительность

Ход выполнения задания. Внимательно прочитайте слова и слева от них поставить знак «+», характеризующий положительные качества вашего идеала (которые вы цените больше всего в людях). Справа поставьте знак «–» рядом со словами, выражающими качества, которыми ваш идеал не должен обладать (черты «антиидеал», отрицательные качества). Затем из отмеченных вами положительных и отрицательных черт выберите те, которые присущи вам, и обведите кружком значок возле этих слов. Остальные (не отмеченные никаким значком) слова не следует трогать. Ориентируйтесь не на степень выраженности той или иной черты, а на ее наличие или отсутствие («да» или «нет»).

Обработка результатов. Формулу самооценки вывести отдельно по положительным **(СО+)** и отрицательным **(СО–)** качествам:

$$\text{СО+} = \frac{\text{Н+}}{\text{Н++}}, \qquad \text{СО–} = \frac{\text{Н–}}{\text{Н––}},$$

[1] Психодиагностические методы изучения личности / Т.А. Ратанова, Н.Ф. Шляхта. – 6-е изд., доп. – М.: Флинта: НОУ ВПО «МПСУ», 2013. – С. 47–48.

где Н+ + и Н– – — количество черт идеала и «антиидеала»; Н + и Н– — количество положительных и отрицательных качеств, отмеченных учащимися у себя.

Уровень самооценки определяется по следующей шкале:

СО+	**Уровень самооценки**	**СО–**
0–0,2	Заниженная	1–0,8
0,2–0,4	Несколько заниженная	0,8–0,6
0,4–0,6	Адекватная	0,6–0,4
0,6–0,8	Несколько завышенная	0,4–0,2
0,8–1	Завышенная	0,2–0

Приложение 6

МЕТОДИКА ДИАГНОСТИКИ УЧЕБНОЙ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ[1]

(А.А. Реан и В.А. Якунин, модификация Н.Ц. Бадмаевой)

Методика разработана на основе опросника А.А. Реана и В.А. Якунина. К 16 утверждениям вышеназванного опросника добавлены утверждения, характеризующие мотивы учения, выделенные В.Г. Леонтьевым, а также утверждения, характеризующие мотивы учения, полученные Н.Ц. Бадмаевой в результате опроса студентов и школьников. Это коммуникативные, профессиональные, учебно-познавательные, широкие социальные мотивы, а также мотивы творческой самореализации, избегания неудачи и престижа.

Инструкция к тесту. Оцените по пятибалльной системе приведенные мотивы учебной деятельности по значимости для вас: один балл соответствует минимальной значимости мотива, 5 баллов — максимальной.

Тестовый материал

1. Учусь, потому что мне нравится избранная профессия.
2. Чтобы обеспечить успешность будущей профессиональной деятельности.
3. Хочу стать специалистом.
4. Чтобы дать ответы на актуальные вопросы, относящиеся к сфере будущей профессиональной деятельности.
5. Хочу в полной мере использовать имеющиеся у меня задатки, способности и склонности к выбранной профессии.
6. Чтобы не отставать от друзей.
7. Чтобы работать с людьми, надо иметь глубокие и всесторонние знания.
8. Потому что хочу быть в числе лучших студентов.
9. Потому что хочу, чтобы наша учебная группа стала лучшей в институте.
10. Чтобы заводить знакомства и общаться с интересными людьми.

---

[1] Психодиагностические методы изучения личности / Т.А. Ратанова, Н.Ф. Шляхта. – 6-е изд., доп. – М.: Флинта; НОУ ВПО МПСУ, 2013. – С. 65–67.

11. Потому что полученные знания позволят мне добиться всего необходимого.

12. Необходимо окончить институт, чтобы у знакомых не изменилось мнение обо мне, как способном и перспективном человеке.

13. Чтобы избежать осуждения и наказания за плохую учебу.

14. Хочу быть уважаемым человеком в учебном коллективе.

15. Не хочу отставать от сокурсников, не желаю оказаться среди отстающих.

16. Потому что от успехов в учебе зависит уровень моей материальной обеспеченности в будущем.

17. Успешно учиться, сдавать экзамены на «4» и «5».

18. Просто нравится учиться.

19. Попав в институт, вынужден учиться, чтобы окончить его.

20. Быть постоянно готовым к очередным занятиям.

21. Успешно продолжить обучение на последующих курсах, чтобы дать ответы на конкретные учебные вопросы.

22. Чтобы приобрести глубокие и прочные знания.

23. Потому что в будущем думаю заняться научной деятельностью по специальности.

24. Любые знания пригодятся в будущей профессии.

25. Потому что хочу принести больше пользы обществу.

26. Стать высококвалифицированным специалистом.

27. Чтобы узнавать новое, заниматься творческой деятельностью.

28. Чтобы дать ответы на проблемы развития общества, жизнедеятельности людей.

29. Быть на хорошем счету у преподавателей.

30. Добиться одобрения родителей и окружающих.

31. Учусь ради исполнения долга перед родителями, школой.

32. Потому что знания придают мне уверенность в себе.

33. Потому что от успехов в учебе зависит мое будущее служебное положение.

34. Хочу получить диплом с хорошими оценками, чтобы иметь преимущество перед другими.

Ключ к обработке результатов теста

Шкала 1. Коммуникативные мотивы: 7, 10, 14, 32.
Шкала 2. Мотивы избегания: 6, 12, 13, 15, 19.
Шкала 3. Мотивы престижа: 8, 9, 29, 30, 34.
Шкала 4. Профессиональные мотивы: 1, 2, 3, 4, 5, 26.
Шкала 5. Мотивы творческой самореализации: 27, 28.
Шкала 6. Учебно-познавательные мотивы: 17, 18, 20, 21, 22, 23, 24.
Шкала 7. Социальные мотивы: 11, 16, 25, 31, 33.

При обработке результатов тестирования необходимо подсчитать средний показатель по каждой шкале.

Приложение 7

ОПРОСНИК ДЖ. ТЕЙЛОРА[1]

Опросник включает 60 утверждений, 50 из которых направлены на диагностику тревожности, а 10 — на выявление искренности отвечающего (как и в методике Г. Айзенка). Опыт может проводиться как индивидуально, так и с группой школьников (классом).

Испытуемым дается следующая инструкция: «Сейчас я зачитаю ряд высказываний (утверждений), которые характеризуют некоторые личностные особенности человека. Ваша задача — внимательно слушать каждое из них и в бланке ответов записывать «Да», если утверждение относится к Вам; и «Нет», если с этим утверждением не согласны». Бланки ответов заранее раздаются учащимся.

Обработка полученных результатов производится с помощью ключей № 1 (искренность) и № 2 (тревожность).

Каждый ответ испытуемого, совпадающий с ключевыми значениями, оценивается в 1 балл. Обработку следует начинать с оценки искренности (ключ № 1). Если по этой шкале суммарный показатель составит более 4 баллов, то к ответам испытуемого надо отнестись с недоверием и последующую обработку не делать. При удовлетворительном показателе искренности (менее 4 баллов) можно переходить к подсчету баллов по шкале тревожности (ключ № 2). Подсчет ведется путем суммирования всех совпадающих с ключом ответов. Та или иная сумма свидетельствует об определенном уровне тревожности личности:

- от 0 до 5 баллов — низкий уровень;
- от 6 до 5 баллов — средний с тенденцией к низкому;
- от 16 до 25 баллов — средний с тенденцией к высокому;
- от 26 до 40 баллов — высокий уровень;
- от 41 до 50 баллов — очень высокий уровень.

Текст опросника

1. Я могу долго работать, не уставая.
2. Я всегда выполняю свои обещания, не считаясь с тем, удобно мне это или нет.

[1] Теоретические подходы и методики по изучению одаренных детей: учеб. пособВТ. – Иркутск: Изд-во ИГПУ, 2001. – С. 71–75.

3. Обычно руки и ноги у меня теплые.
4. У меня редко болит голова.
5. Я уверен в своих силах.
6. Ожидание меня нервирует.
7. Порой мне кажется, что я ни на что не годен.
8. Обычно я чувствую себя вполне счастливым.
9. Я не могу сосредоточиться на чем-либо одном.
10. В детстве я всегда немедленно и безропотно выполнял все то, что мне поручали.
11. Раз в месяц или чаще у меня бывает расстройство стула.
12. Я часто ловлю себя на том, что меня что-то тревожит.
13. Думаю, что я не более нервный, чем большинство других людей.
14. Я не слишком застенчив.
15. Жизнь для меня почти всегда связана с большим напряжением.
16. Иногда бывает, что я говорю о вещах, в которых не разбираюсь.
17. Я краснею не чаще, чем другие.
18. Я часто расстраиваюсь из-за пустяков.
19. Я редко замечаю у себя отдышку.
20. Не все люди, которых я знаю, мне нравятся.
21. Я не могу уснуть, если меня что-то тревожит.
22. Обычно я спокоен и меня нелегко расстроить.
23. У меня часто бывают ночные кошмары.
24. Я склонен все принимать слишком всерьез.
25. Когда я нервничаю, у меня усиливается потливость.
26. У меня беспокойный и прерывистый сон.
27. В играх я предпочитаю скорее выигрывать, чем проигрывать.
28. Я более чувствителен, чем большинство других людей.
29. Бывает, что нескромные шутки и остроты вызывают у меня смех.
30. Я хотел бы быть так же доволен своей жизнью, как, видимо, довольны другие.
31. Мой желудок сильно беспокоит меня.
32. Я постоянно озабочен своими материальными и служебными делами.
33. Я настороженно отношусь к некоторым людям, хотя знаю, что они не могут причинить мне вреда.
34. Мне порой кажется, что передо мной нагромождены такие трудности, которых мне не преодолеть.
35. Я легко прихожу в замешательство.

36. Временами я становлюсь настолько возбужденным, что это мешает мне уснуть.

37. Я предпочитаю уклоняться от конфликтов и затруднительных положений.

38. У меня бывают приступы тошноты и рвоты.

39. Я никогда не опаздывал на свидания или работу.

40. Временами я определенно чувствую себя бесполезным.

41. Иногда мне хочется выругаться.

42. Почти всегда я испытываю тревогу в связи с чем-либо или с кем-либо.

43. Меня мало беспокоят возможные неудачи.

44. Я часто боюсь, что вот-вот покраснею.

45. Меня нередко охватывает отчаяние.

46. Я — человек нервный и легко возбудимый.

47. Я часто замечаю, что мои руки дрожат, когда я пытаюсь что-нибудь сделать.

48. Я почти всегда испытываю чувство голода.

49. Мне не хватает уверенности в себе.

50. Я легко потею даже в прохладные дни.

51. Я часто мечтаю о таких вещах, о которых лучше никому не рассказывать.

52. У меня очень редко болит живот.

53. Я считаю, что мне очень трудно сосредоточиться на какой-либо задаче или работе.

54. У меня бывают периоды такого сильного беспокойства, что я не могу долго усидеть на одном месте.

55. Я всегда отвечаю на письма сразу же после прочтения.

56. Я легко расстраиваюсь.

57. Я практически никогда не краснею.

58. У меня гораздо меньше различных опасений и страхов, чем у моих друзей и знакомых.

59. Бывает, что я откладываю на завтра то, что следует сделать сегодня.

60. Обычно я работаю с большим напряжением.

Бланк ответов к опроснику Дж. Тейлора

1.	21.	41.
2.	22.	42.
3.	23.	43.
4.	24.	44.
5.	25.	45.
6.	26.	46.
7.	27.	47.
8.	28.	48.
9.	29.	49.
10.	30.	50.
11.	31.	51.
12.	32.	52.
13.	33.	53.
14.	34.	54.
15.	35.	55.
16.	36.	56.
17.	37.	57.
18.	38.	58.
19.	39.	59.
20.	40.	60.

Ключи к опроснику Дж. Тейлора

№ 1

Да	2	10	39	55		
Нет	16	20	27	29	41	59

№ 2

Да	6	7	9	11	12	15	18	21	23	24	25	26
Да	28	30	31	32	33	34	35	36	37	38	40	42
Да	44	45	46	47	48	49	50	51	53	54	56	60
Нет	1	3	4	5	8	13	14	17	19	22	43	52
Нет	57	58										

Приложение 8

МЕТОДИКА «САМООЦЕНКА ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ»[1]
(А. Уэссман и Д. Рикс)

Методика разработана американскими психологами А. Уэссманом и Д. Риксом (в данном случае приводится ее сокращенный вариант). Методика применяется для самооценки эмоциональных состояний, она особенно эффективна при выявлении изменения эмоционального состояния человека на протяжении определенного периода времени. Простота выполнения заданий делают ее весьма оперативным инструментом. При этом можно как вычерчивать кривые изменения отдельных показателей, так и работать только с интегральным результатом. К недостаткам вышеописанной методики можно отнести следующие:

1. Утверждения, включающие в 1–3 разделы, описывают эмоциональное состояние человека лишь в диапазоне понятий «тревога/спокойствие» и «подъем/депрессия», не отражая выраженность других эмоций, таких, например, как гнев, обида, разочарование, гордость и др.
2. Утверждения, составляющие 4 раздел, характеризуют в основном когнитивную сферу (убеждения человека, касающиеся его возможностей), а не сферу эмоций.
3. Обращает внимание различие в системе оценок утверждений, составляющих четыре разных раздела методики. Так, повышение оценок, присваиваемых утверждениям 1 раздела, отражает повышение степени психической адаптации испытуемого, при этом самая высокая по этому разделу указывает на наивысший уровень психической адаптации. Однако во 2 и 3 разделах наивысшие значения присваиваются таким утверждениям («Порыв, не подъем, восторженное веселье»), которые отражают уже не столько состояние психической адаптации, сколько патологическое гипоманиакальное состояние. В этой связи общая шкала, получаемая при суммировании оценок по всем четырем разделам, представляется нелинейной: то время как низкие значения интегрального показателя свидетельствуют о выраженной психической дезадаптации, высокие значения интегрального показателя

[1] Карелин А.А. Большая энциклопедия психологических тестов / А.А. Карелин. – М.: Эксмо, 2007. – С. 39–40.

не могут трактоваться столь однозначно. Иначе говоря, интегральный показатель данной методики более чувствителен к состоянию психической дезадаптации, чем к состоянию адаптации.

Инструкция. Выберите в каждом из предложенный наборов суждений то, которое лучше всего описывает ваше состояние сейчас. Номер суждения, выбранного из каждого набора, запишите.

Опросник

Спокойствие – Тревожность

10. Совершенное спокойствие. Непоколебимо уверен в себе.
9. Исключительно хладнокровен, на редкость уверен и не волнуюсь.
8. Ощущение полного благополучия. Уверен и чувствую себя непринужденно.
7. В целом уверен и свободен от беспокойства.
6. Ничего особенно не беспокоит меня. Чувствую себя более или менее непринужденно.
5. Умеренно озабочен, чувствую себя скованно, немного встревожен.
4. Переживаю некоторую озабоченность, страх, беспокойство или неопределенность. Нервозен, волнуюсь, раздражен.
3. Значительная неуверенность. Весьма травмирован неопределенностью.
2. Огромная тревожность, озабоченность, изведен страхом.
1. Совершенно обезумел от страха. Потерял рассудок. Напуган неразрешимыми трудностями.

Энергичность – Усталость

10. Порыв, не знающий преград. Жизненная сила выплескивается через край.
9. Бьющая через край жизнеспособность, огромная энергия, сильное стремление к деятельности.
8. Много энергии, сильная потребность в действии.
7. Чувствую себя свежим, в запасе значительная энергия.
6. Чувствую себя довольно свежим, в меру бодр.
5. Слегка устал. Леность. Энергии не хватает.
4. Довольно усталый. В запасе не очень много энергии.

3. Большая усталость. Вялый. Скудные ресурсы энергии.

2. Ужасно утомлен. Практически не способен к действию. Почти не осталось запасов энергии.

1. Абсолютно выдохся. Неспособен даже к самому незначительному усилию.

Приподнятость – Подавленность

10. Сильный подъем, восторженное веселье.

9. Возбужден, в приподнятом состоянии. Восторженность.

8. Возбужден, в хорошем расположении духа.

7. Чувствую себя очень хорошо. Жизнерадостен.

6. Чувствую себя достаточно хорошо, в «порядке».

5. Чувствую себя чуть-чуть подавленно, «так себе».

4. Настроение подавленное и несколько унылое.

3. Угнетен и чувствую себя очень подавленно. Настроение определенно унылое.

2. Очень угнетен. Чувствую себя просто ужасно.

1. Крайняя депрессия и уныние. Подавлен. Все черно и серо.

Уверенность в себе – Чувство беспомощности

10. Для меня нет ничего невозможного. Смогу сделать все, что захочу.

9. Чувствую большую уверенность в себе. Уверен в своих свершениях.

8. Очень уверен в своих способностях.

7. Чувствую, что моих способностей достаточно и мои перспективы хороши.

6. Чувствую себя довольно компетентным.

5. Чувствую, что мои умения и способности несколько ограничены.

4. Чувствую себя довольно неспособным.

3. Подавлен своей слабостью и недостатком способностей.

2. Чувствую себя жалким и несчастным. Устал от своей некомпетентности.

1. Давящее чувство слабости и тщетности усилий. У меня нечего не получится.

Обработка результатов

Определите следующие показатели:

И1 — «Спокойствие – Тревожность» (индивидуальная самооценка — И1 — равняется номеру суждения, выбранного испытуемым из данной шкалы. Аналогично получаются индивидуальные значения по показателям И2–И4).

И2 — «Энергичность – Усталость»

И3 — «Приподнятость – Подавленность»

И4 — «Чувство уверенности в себе – Чувство беспомощности».

И5 — суммарная (по четырем шкалам) оценка состояния:

И5 = И1+И2+И3+И4, где И1, И2, И3, И4 — индивидуальные значения по соответствующим шкалам.

Если сумма баллов от 26 до 40, то испытуемый высоко оценивает свое эмоциональное состояние, если от 15 до 25 баллов, то средняя оценка эмоционального состояния и низкая если от 4 до 14 баллов.

В общем виде эмоциональное состояние — характеристика эмоций человека, отражающая ее положение относительно объекта окружающей среды. Состояние может быть наблюдаемо как внешне, так и внутренне. Внутреннее состояние эмоций фиксируется сознанием субъекта на определенный момент времени тех ощущений благополучия (неблагополучия) как организма в целом, как и его частей. Внешне оценка состояния эмоций фиксируется высказываниями испытуемого по определенным признакам. Состояние человека выступает регулятивной функцией адаптации к окружающей среде или ситуации.

Шкала «Спокойствие – Тревожность»

- Выше 5–6 баллов. В опросе испытуемый показывает преобладание «Спокойствия»: выдержанность, сдержанность, терпеливость, степенность, благоразумность.
- 5–6 баллов. В самооценке испытуемый показывает средние показатели по шкале «Спокойствие – Тревожность» без явного преобладания одного из полюсов.
- 1–4 балла. По самооценке испытуемого прогнозируется задерганность, запуганность, закомплексованность, нерешительность, пугливость, нервность, неуверенность, напряженность, боязливость.

Шкала «Энергичность – Усталость»

- Выше 5–6 баллов. Испытуемый оценивает себя как личность: инициативный, деятельный, предприимчивый одержимый, устремленный, активный, кипучий, пробивной, расторопный.
- 5–6 баллов. В самооценке испытуемый показывает средние показатели по шкале «Энергичность – Усталость» без явного преобладания одного из полюсов.
- 1–4 балла. Испытуемый оценивает себя как: неинициативный, пассивный, инертный, безынициативный, вялый, апатичный, безразличный, медлительный.

Шкала «Приподнятость – Подавленность»

- Выше 5–6 баллов. Испытуемый оценивает себя как: кипучий, темпераментный, задорный, порывистый, энергичный, вольнолюбивый, раскрепощенный, живой подвижный бойкий.
- 5–6 баллов. В самооценке испытуемый показывает средние показатели по шкале «Приподнятость – Подавленность» без явного преобладания одного из полюсов.
- 1–4 балла. Испытуемый оценивает себя как: застенчивый, робкий, нерешительный, несмелый, запуганный, стеснительный. Угнетенный, робкий, подавленный.

Шкала «Уверенность в себе – Чувство беспомощности»

- Выше 5–6 баллов. Испытуемый оценивает себя как: боец, закаленный, решительный, упорный, героический, работоспособный, сильный, волевой, твердый, бесстрашный, отважный, самостоятельный.
- 5–6 баллов. В самооценке испытуемый показывает средние показатели по шкале «Уверенность – Чувство беспомощности» без явного преобладания одного из полюсов.
- 1–4 балла. Испытуемый оценивается как безответный слабохарактерный, безгласный, несмелый, слабый, слабовольный, пришибленный.

Суммарная оценка состояния

Этот показатель отражает выраженность, степень эмоционального подъема/истощения испытуемого.

Приложение 9

МЕТОДИКА «ГРАФИЧЕСКИЙ ПРОФИЛЬ СПОСОБНОСТЕЙ РЕБЕНКА»[1]

С помощью анкеты для родителей, разработанной американскими учеными де Хааном и Кафом, можно выяснить, какими специальными способностями обладает ребенок.

Эта анкета — своего рода опорная схема для наблюдений за ребенком. Предполагаемые характеристики интересов могут помочь в анализе его поведения, умственного или физического развития. Конечно, анкета не охватывает всех проявлений одаренного ребенка. Если покажется необходимым, можно добавить собственные характеристики его интересов и других способностей, перечисленных в анкете.

*Инструкция. «*Попробуйте составить графическое изображение уровня интересов сына или дочери, сопоставив их с интересами его друга, сверстника. Внимательно посмотрите на вопросы по каждой из восьми областей таланта в анкете де Хаана и Кафа. Дайте оценку в баллах (по пятибалльной системе) каждой из указанных характеристик. Если какая-то характеристика присуща вашему ребенку в наивысшей степени, ставьте пять баллов, если она выше средней — 4 и т. д. Оценка 2 балла — самая низкая».

Ниже перечислены восемь областей, в которых человек может проявлять свои таланты, и их характеристики.

I. Интеллектуальные способности

1. Ваш ребенок учится новым знаниям очень быстро и все схватывает легко.
2. Обладает чувством «здравого смысла» и использует знания в практических, повседневных ситуациях.
3. Хорошо рассуждает. Ясно мыслит, не путается в мыслях. Хорошо улавливает связь между одним событием и другим, между причиной и следствием. Хорошо понимает недосказанное, догадывается о том, что часто прямо не высказывается взрослыми, но имеется в виду. Улавливает причины поступков других людей, мотивы их поведения.

[1] Теоретические подходы и методики по изучению одаренных детей: учеб. пособие. – Иркутск: Изд-во ИГПУ, 2001. – С. 199–204.

4. Быстро запоминает услышанное или прочитанное без специальных заучиваний, не тратит много времени на повторение того, что нужно запомнить.

5. Знает многое о таких событиях и проблемах, о которых его сверстники не знают и не догадываются.

6. Богатый словарный запас, легко пользуется новыми словами, легко выражает свою мысль.

7. Любит читать книги, которые обычно читают не сверстники, а дети постарше на год или два.

8. Решает сложные задачи, требующие умственного усилия.

9. Задает очень много вопросов. Имеет много разных интересов, по поводу которых часто спрашивает взрослых.

10. Обгоняет своих сверстников по учебе на год или два, т. е. реально должен бы учиться в более старшем классе, чем учится сейчас. Часто скучает на уроках из-за того, что учебный материал ему (ей) уже хорошо знаком из книг, журналов, рассказов взрослых.

11. Оригинально мыслит и предлагает неожиданные, оригинальные ответы, решения.

12. Очень восприимчив, наблюдателен, быстро реагирует на все новое и неожиданное.

II. Художественные способности

1. В своих рисунках и картинках изображает большое разнообразие разных предметов, ситуаций, людей (нет однообразия в сюжетах рисунков).

2. Серьезно относится к произведениям искусства. Становится вдумчивым и очень серьезным, когда видит хорошую картину, слышит музыку, видит необычную скульптуру, красиво и художественно выполненную вещь.

3. Оригинален в выборе сюжета (в рисунке, сочинении, описании какого-либо события), составляет оригинальные композиции (из цветов, рисунков, камней, марок, открыток и т. д.).

4. Всегда готов использовать какой-либо новый материал для изготовления игрушки, картины, рисунка, композиции, в строительстве детских домиков на игровой площадке, в работе с ножницами, клеем.

5. Когда имеет свободное время, охотно рисует, лепит, создает композиции, имеющие художественное назначение (украшение для дома, одежды и т. д.).

6. Прибегает к рисунку или лепке для того, чтобы выразить свои чувства и настроение.

7. Интересуется произведениями искусства, созданными другими людьми. Может высказать свою собственную оценку и пытается воспроизвести то, что ему понравилось в своем собственном рисунке или созданной игрушке, скульптуре.

8. Любит работать с клеем, пластилином, глиной для того, чтобы изображать события или вещи в трех измерениях и пространственно.

III. Музыкальный талант

1. Отзывается очень быстро и легко на ритм и мелодии, всегда вслушивается в них.

2. Хорошо поет.

3. В игру на инструменте, в песню или танец вкладывает много энергии и чувств.

4. Любит музыкальные записи. Стремится пойти на концерт или туда, где можно слушать музыку.

5. Любит петь вместе с другими так, чтобы получилось слаженно и хорошо.

6. В пении или музыке выражает чувства, свое состояние.

7. Сочиняет оригинальные, свои мелодии.

8. Хорошо играет на каком-нибудь инструменте.

IV. Способности к занятиям научной работой

1. Выражает мысли ясно и точно (устно или письменно).

2. Читает книги, статьи, научно-популярные издания с опережением своих сверстников на год-два.

3. Обладает выше средней способностью к пониманию абстрактных понятий, к установлению обобщений.

4. Хорошая «моторная» координация, особенно между зрительным восприятием и рукой (хорошо фиксирует то, что видит и четко записывает то, что слышит).

5. После уроков любит читать научно-популярные журналы и книги, делает это с бо̀льшим удовольствием, чем чтение художественных книг, детективов и прочих.

6. Не унывает, если его проект или новая задумка не поддержана учителем или родителями, или если его «эксперимент» не получился.

7. Пытается выяснить причины и смысл событий.

8. Проводит много времени над созданием собственных «проектов»: конструированием радиоприемника, построением телескопа, летательного аппарата, собиранием коллекции и т. д.

9. Любит обсуждать научные события, изобретения, часто задумывается об этом.

V. Литературное дарование

1. Может легко построить рассказ, начиная от завязки сюжета и заканчивая разрешением какого-либо конфликта.
2. Вносит что-то новое и необычное, когда рассказывает о чем-то уже знакомом, известном всем.
3. Придерживается только необходимых деталей в рассказах о событиях, все несущественное отбрасывает, оставляет главное, наиболее характерное.
4. Рассказывая о чем-то, умеет хорошо придерживаться выбранного сюжета, не теряет основную мысль.
5. Использует в своих рассказах такие слова, которые хорошо передают эмоциональные состояния героев, их переживания и чувства.
6. Умеет передавать в рассказах такие детали, которые важны для понимания события, о котором идет речь (что обычно не умеют делать его сверстники) и в то же время не упускает основной линии событий, о которых рассказывает.
7. Любит писать рассказы или стихи.
8. Изображает в рассказах своих героев очень живыми, передает их чувства и настроения, характер героев.

VI. Артистический талант

1. Легко входит в роль другого персонажа, человека и т. д.
2. Интересуется актерской игрой.
3. Меняет тональность и выражение голоса, когда изображает другого человека
4. Понимает и изображает конфликт в ситуации, когда имеет возможность разыграть какую-либо драматическую сценку.
5. Передает чувства через мимику, жесты, движения.
6. Стремится вызвать эмоциональные реакции у других людей, когда о чем-то с увлечением рассказывает.
7. С большой легкостью драматизирует, передает чувства и эмоциональные переживания.

8. Пластичен и открыт всему новому, «не зацикливается» на старом. Любит пробовать новые способы решения жизненных задач, не любит уже испытанных вариантов, не боится новых попыток, всегда проверяет новую идею и только после «экспериментальной» проверки может от нее отказаться.

VII. Способности технические

1. Хорошо выполняет всякие задания по ручному труду.
2. Интересуется механизмами и машинами.
3. В мир его увлечений входит конструирование машин, приборов, моделей поездов, радиоприемников.
4. Может чинить легко испорченные приборы, использовать старые детали для создания новых поделок, игрушек, приборов.
5. Понимает в причинах и капризах механизмов, любит загадочные поломки и вопросы на «поиск».
6. Любит рисовать чертежи и наброски механизмов.
7. Читает журналы и статьи о создании новых приборов и машин, механизмов.

VIII. Способности к спорту

1. Энергичен и производит впечатление ребенка, который нуждается в большом объеме физических движений, чтобы ощущать себя счастливым.
2. Любит участвовать в спортивных играх и состязаниях.
3. Постоянно преуспевает в каком-нибудь виде спортивной игры (выигрывает в какой-нибудь спортивной игре).
4. Бегает быстрее всех в детском саду, в классе.
5. Лучше других физически координирован в движениях среди сверстников, движется легко и грациозно.
6. Любит ходить в походы, играть на открытых спортивных площадках.
7. Предпочитает проводить свободное время в подвижных играх (хоккей, баскетбол, футбол и т. д.).

Обработка и интерпретация результатов

Суммируйте баллы по всем характеристикам внутри каждой из восьми областей таланта. Общее количество набранных баллов внутри одной области (например, «интеллектуальная способность») делите на количество вопросов — в этой области их 12, и полученное число откладываете на пересечении оценки в баллах по оси «Х» и той области способности (от первой до восьмой), которую вы проверяете.

«Профиль» каждого ребенка представляет как практический, так и исследовательский интерес. Родителям и ребенку, наверное, интересно знать, как одни способности связаны с другими. Получить такую картину развития интересов и способностей поможет этот «профиль». Известны случаи, когда у одаренного ребенка наблюдается «западение» какой-либо одной способности (например, литературно одаренный ребенок совершенно не хочет иметь дело с техникой). Бывает и обратная картина, когда показатели по всем пунктам значительно выше среднего результата, — это разные типы одаренности.

Для того, чтобы дать правильный ответ и конкретные рекомендации для развития способностей, нужно знать тип одаренности ребенка.

Степень выраженности таланта

5							
4							
3							
2							
Области таланта	**I**	**II**	**III**	**IV**	**V**	**VI**	**VII**

Приложение 10

ШКАЛЫ ДЛЯ РЕЙТИНГА ПОВЕДЕНЧЕСКИХ ХАРАКТЕРИСТИК ОДАРЕННЫХ ШКОЛЬНИКОВ[1]
(Дж. Рензулли и соавторы в адаптации Л.В. Поповой)

Фамилия, имя учащегося ______________________________

Дата ______________ Школа № ______________________

Класс ____________________ Возраст _________________

Учитель или тот, кто проводил рейтинг _____________________

Как давно вы знаете этого ребенка ________________________

Инструкция. Эти шкалы составлены для того, чтобы учитель мог оценить характеристики учащихся в познавательной, мотивационной, творческой и лидерской областях. Каждый пункт шкалы следует оценивать безотносительно к другим пунктам. Ваша оценка должна отражать, насколько часто Вы наблюдали проявление каждой из характеристик. Так как четыре шкалы представляют относительно разные стороны поведения, оценки по разным шкалам не суммируются.

Пожалуйста, внимательно прочтите утверждения и обведите соответствующую цифру согласно следующему описанию:

1 — если вы почти никогда не наблюдаете этой характеристики.

2 — если Вы наблюдаете эту характеристику время от времени.

3 — если Вы наблюдаете эту характеристику довольно часто.

4 — если Вы наблюдаете эту характеристику почти все время.

---

[1] Ларионова Л.И., Алаева Н.А., Швецова Е.В. Теоретические подходы и методики по изучению одаренных детей: учеб. пособ. – Иркутск: Изд-во ИГПУ, 2001. – С. 194–197.

Ш к а л а I. Познавательные характеристики ученика

1. Обладает необычно большим для этого возраста или класса запасом слов; использует термины с пониманием; речь отличается богатством выражений, беглостью и сложностью

1 2 3 4

2. Обладает обширным запасом информации по разнообразным темам (выходящим за пределы обычных интересов детей этого возраста)

1 2 3 4

3. Быстро запоминает и воспроизводит фактическую информацию

1 2 3 4

4. Легко схватывает причинно-следственные связи; пытается понять «как» и «почему»; задает много стимулирующих мысль вопросов (в отличии от вопросов, направленных на получение фактов); хочет знать, что лежит в основе явлений и действий людей

1 2 3 4

5. Чуткий и сметливый наблюдатель; обычно «видит больше» или «извлекает больше», чем другие, из рассказа, фильма, из того, что происходит

1 2 3 4

Подсчитайте число обведенных цифр по каждой колонке

– – – –

Умножьте на соответствующий коэффициент

1 2 3 4
– – – –

Сложите полученные числа.

Общий показатель____

Ш к а л а II. Мотивационные характеристики

1. Полностью «уходит» в определенные темы, проблемы; настойчиво стремится к завершению начатого (трудно привлечь к другой теме, заданию)

1	2	3	4

2. Легко впадает в скуку от обычных заданий

1	2	3	4

3. Стремится к совершенству; отличается самокритичностью

1	2	3	4

4. Предпочитает работать самостоятельно; требует лишь минимального направления от учителя

1	2	3	4

5. Имеет склонность организовывать людей, предметы, ситуацию

1	2	3	4

Подсчитайте число обведенных цифр по каждой колонке

–	–	–	–

Умножьте на соответствующий коэффициент

1	2	3	4
–	–	–	–

Сложите полученные числа.

Общий показатель____

Шкала III. Лидерские характеристики

1. Проявляет ответственность; делает то, что обещает, и обычно делает это хорошо

1 2 3 4

2. Уверенно чувствует себя как с ровесниками, так и со взрослыми; хорошо чувствует себя, когда ее/его просят показать свою работу классу

1 2 3 4

3. Ясно выражает свои мысли и чувства; хорошо и, обычно, понятно говорит

1 2 3 4

4. Имеет склонность доминировать среди других; как правило, руководит деятельностью, в которой участвует

1 2 3 4

Подсчитайте число обведенных цифр по каждой колонке

– – – –

Умножьте на соответствующий коэффициент

1 2 3 4

– – – –

Сложите полученные числа.

Общий показатель____

Шкала IV. Творческие характеристики

1. Проявляет большую любознательность в отношении многого, постоянно задает обо всем вопросы

1 2 3 4

2. Выдвигает большое число идей или решений проблем и ответов на вопросы; предлагает необычные, оригинальные, умные ответы

1 2 3 4

3. Выражает свое мнение без колебаний; иногда радикален и горяч в дискуссиях; настойчив

1 2 3 4

4. Любит рисковать; имеет склонность к приключениям

1 2 3 4

5. Склонен к игре с идеями; фантазирует, придумывает («интересно, что будет, если…»); занят приспособлением, улучшением и изменением общественных институтов, предметов и систем

1 2 3 4

6. Проявляет тонкое чувство юмора и видит юмор в таких ситуациях, которые остальным не кажутся смешными

1 2 3 4

7. Необычайно чувствителен/чувствительна к внутренним импульсам и более открыт/а к иррациональному в себе (более свободное выражение «девчоночьих» интересов у мальчиков, большая независимость у девочек); эмоционально чувствителен/чувствительна

1 2 3 4

8. Чувствителен/чувствительна к прекрасном; обращает внимание на эстетические стороны жизни

1 2 3 4

9. Не подвержен/а влиянию группы; приемлет беспорядок; не интересуется деталями; не боится быть отличным/отличной от других

1	2	3	4

Подсчитайте число обведенных цифр по каждой колонке

–	–	–	–

Умножьте на соответствующий коэффициент

1	2	3	4
–	–	–	–

Сложите полученные числа.

Общий показатель____

Приложение 11

ПЕРЕЧЕНЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ХАРАКТЕРИСТИК ОДАРЕННЫХ ДЕТЕЙ
(для наблюдения учителем)[1]

Одаренный ребенок:

– обладает довольно большим запасом знаний общего характера, охотно учится;

– быстро схватывает существо вопроса;

– с удовольствием занимается различными видами творческой деятельности; процесс его обучения идет быстрыми темпами;

– свою работу выполняет самостоятельно, предпочитает индивидуальные виды деятельности;

– значительно опережает сверстников по количеству умений, навыков и общему развитию;

– обнаруживает явные задатки лидера, старается быть руководителем;

– отличается широтой и разносторонностью интересов;

– может мыслить абстрактно, ставит себе задачу и после тщательного анализа ищет пути ее решения;

– мыслит творчески, находчив и изобретателен, предлагает новые идеи и нестандартные варианты решений;

– впечатлителен и артистичен;

– очень деятелен и энергичен, стремится практически реализовать свои планы, идеи, проекты;

– может владеть техникой игры на музыкальных инструментах, искусно рисовать, иметь артистические способности;

– хорошо владеет речью, имеет большой словарный запас, фразы строит правильно и быстро, выразительно читает;

– много читает не по принуждению, а по собственной инициативе, предпочитает книги для взрослых, даже если они трудны для его понимания;

– может долго и сосредоточенно работать над решением какой-нибудь интересующей проблемы;

---

[1] Теоретические подходы и методики по изучению одаренных детей: учеб. пособие. – Иркутск: Изд-во ИГПУ, 2001. – С. 198–199.

– быстро решает математические задачи;
– старается быстро схватить существо вопроса и сделать общие выводы;
– стремится упорядочить слова, числа и т. д., свести их в единую систему;
– при ответе на вопрос учитывать степень его важности;
– обладает гибким мышлением;
– проявляет интерес к технике;
– во время спортивной тренировки быстро двигается, умеет координировать свои движения;
– чем-то глубоко заинтересовавшись, пытается понять суть вопроса, обосновать его, найти логическое решение, дать разумный совет;
– имеет критическую жилку;
– обнаруживает способность к совершенствованию;
– может разумно высказаться по широкому кругу вопросов.

Приложение 12

МЕТОДИКА ОПРЕДЕЛЕНИЯ ФОРМУЛЫ ТЕМПЕРАМЕНТА[1]

Методика опросного типа

Отметьте, пожалуйста, знаком «+» те качества личности, которые имеются у вас.

Образец бланка

Если Вы:
- неустойчивы, суетливы;
- невыдержаны, вспыльчивы;
- нетерпеливы;
- резки и прямолинейны в отношениях с людьми;
- решительны и инициативны;
- упрямы;
- находчивы в споре;
- работаете рывками;
- склонны к риску;
- незлопамятны и обидчивы;
- обладаете выразительной речью;
- способны быстро действовать и решать;
- неустанно стремитесь к новому;
- обладаете резкими, порывистыми движениями;
- настойчивы в достижении поставленной цели;
- склонны к резким сменам настроения,

то **Вы холерик.**

Если Вы:
- веселы и жизнерадостны;
- энергичны и деловиты;
- часто не доводите начатое дело до конца;
- склонны переоценивать себя;
- способны быстро схватывать новое;
- неустойчивы в интересах и склонностях;

[1] Теоретические подходы и методики по изучению одаренных детей: учеб. пособие. – Иркутск: Изд-во ИГПУ, 2001. – С. 198–199.

– легко переживаете неудачи и неприятности;
– легко приспосабливаетесь к разным обстоятельствам;
– с увлечением беретесь за любое дело;
– быстро остываете, если дело перестает вас интересовать;
– быстро включаетесь в новую работу, быстро переключаетесь с одной работы на другую;
– тяготитесь однообразной, будничной, кропотливой работой;
– общительны и отзывчивы, не чувствуете скованности с новыми для Вас людьми;
– выносливы и работоспособны;
– быстро засыпаете и пробуждаетесь;
– обладаете громкой, быстрой, отчетливой речью, сопровождающейся живыми жестами, выразительной мимикой;
– сохраняете самообладание в неожиданной, сложной обстановке;
– обладаете всегда бодрым настроением;
– часто не собраны, проявляете поспешность в решениях;
– склонны иногда скользить по поверхности, отвлекаться,

то **Вы сангвиник.**

Если вы:

– спокойны и хладнокровны;
– последовательны, обстоятельны в делах;
– осторожны и рассудительны;
– умеете ждать;
– молчаливы и не любите попусту болтать;
– сдержанны и терпеливы;
– обладаете спокойной и равномерной речью, с остановками, без выраженных эмоций;
– доводите начатое дело до конца;
– не растрачиваете попусту силы;
– строго придерживаетесь выработанного распорядка жизни, системы в работе;
– легко сдерживаете порывы;
– маловосприимчивы к одобрению и порицанию;
– не злобливы, проявляете снисходительное отношение к колкостям в свой адрес;
– постоянны в своих интересах;
– ровны в отношениях со всеми;

– инертны, малоподвижны, вялы;
– любите аккуратность во всем, порядок во всем;
– с трудом приспосабливаетесь к новой обстановке;
– обладаете выдержкой,

то **Вы флегматик.**

Если Вы:

– стеснительны, застенчивы;
– теряетесь в новой обстановке;
– не верите в свои силы;
– затрудняетесь установить контакт с чужими людьми;
– легко переносите одиночество;
– чувствуете подавленность и растерянность при неудачах;
– склонны уходить в себя;
– быстро утомляетесь;
– обладаете слабой тихой речью, иногда снижающейся до шепота;
– невольно приспосабливаетесь к характеру собеседника;
– впечатлительны до слезливости;
– чрезвычайно восприимчивы к одобрению и порицанию;
– предъявляете высокие требования к себе и к окружающим;
– склонны к подозрительности, мнительности;
– болезненно чувствительны и легко ранимы;
– чрезмерно обидчивы;
– скрытны и необщительны, не делитесь ни с кем своими мыслями;
– мало активны и робки;
– безропотно покорны;
– стремитесь вызвать сочувствие и помощь у окружающих,

то **Вы меланхолик.**

Обработка полученных данных заключается в подсчете положительных ответов (плюсов) по каждому типу темперамента отдельно. Если количество положительных ответов составит 16–20, это значит, что у Вас ярко выражены черты данного типа темперамента. Если положительных ответов насчитывается 11–15, значит качества данного темперамента присущи Вам в значительной степени. Если положительных ответов 6–10, то качества данного типа присущи ему в небольшой степени. Поскольку нередки случаи, когда черты одного темперамента могут быть «перемешаны» с чертами другого («смешанный тип

темперамента»), при обработке данных полезно использовать следующую формулу:

$$Ф_Т = X\left(\frac{A_X}{A}\times 100\%\right) + C\left(\frac{A_C}{A}\times 100\%\right) + Ф\left(\frac{A_Ф}{A}\times 100\%\right) + M\left(\frac{A_M}{A}\times 100\%\right),$$

где $Ф_Т$ — формула темперамента, X — холерический темперамент, C — сангвинический темперамент, $Ф$ — флегматический темперамент, M — меланхолический темперамент, A — общее число плюсов по всем типам, A_X — число плюсов в перечне холерика, A_C — число плюсов в перечне сангвиника, $A_Ф$ — число плюсов в перечне флегматика, A_M — число плюсов в перечне меланхолика.

Например, в результате обследования получены такие данные: по перечню холерика — 13 положительных ответов, по перечню сангвиника — 14, по перечню флегматика — 7, по перечню меланхолика — 9. Подставим полученные данные в формулу:

$$Ф_Т = X\left(\frac{13}{43}\times 100\%\right) + C\left(\frac{14}{43}\times 100\%\right) + Ф\left(\frac{7}{43}\times 100\%\right) + M\left(\frac{9}{43}\times 100\%\right) =$$
$$= X\times 30,2\% + C\times 32,6\% + Ф\times 16,3\% + M\times 20,9\%.$$

Это значит, что темперамент у обследуемого на 30,2 % — холерический, на 32,6 % — сангвинический, на 16,3 % — флегматический и на 20,9 % — меланхолический. Степень доминирования того или иного типа темперамента определяется по следующей шкале. Если относительный результат положительных ответов по какому-либо типу составит 40 % и выше, значит данный тип темперамента является доминирующим. Если этот результат составляет 30–39 %, то качества данного темперамента выражены достаточно ярко. Если результат 20–29 %, то качества данного темперамента выражены в средней степени. При результате 10–19 % можно утверждать, что черты этого темперамента выражены в малой степени.

Приложение 13

МЕТОДИКА «АКЦЕНТУАЦИИ ХАРАКТЕРА»[1]
(Г. Шмишек-К. Леонгард)

Данная методика была разработана Г. Шмишеком в 1970 г. на основе концепции акцентуированных личностей К. Леонгарда. По форме она представляет собой опросник, состоящий из 88 вопросов и предлагающий два варианта ответов — «да», «нет».

Для проведения тестирования требуется сам опросник и ответный бланк. Тестирование может проводиться как индивидуально, так и в групповом варианте. Опросник рассчитан на взрослых лиц, но успешно применялся и среди подростков 14–16 лет.

Инструкция. Просим Вас ответить на приведенные нами вопросы. Помните, что правильных и неправильных ответов здесь нет. Поэтому отвечайте сразу, долго не задумываясь. Отвечать на вопросы следует только «да» или «нет». Просьба отвечать внимательно, но в быстром темпе.

Опросник

1. У Вас чаще веселое и беззаботное настроение?
2. Вы чувствительны к оскорблениям?
3. Бывает ли так, что у вас на глазах навертываются слезы в кино, театре, беседе и пр.?
4. Сделав что-то, Вы сомневаетесь, все ли сделано правильно, и не успокаиваетесь до тех пор, пока не убедитесь еще раз в том, что все сделано правильно?
5. В детстве вы были таким же смелым и отчаянным, как все Ваши сверстники?
6. Часто ли у Вас резко меняется настроение, от состояния безграничного ликования до отвращения к жизни, к себе?
7. Являетесь ли Вы обычно центром внимания в обществе, в компании?

[1] Теоретические подходы и методики по изучению одаренных детей: учеб. пособие. – Иркутск: Изд-во ИГПУ, 2001. – С. 75–84.

8. Бывает ли так, что Вы находитесь беспричинно в таком ворчливом настроении, что с Вами лучше не разговаривать?

9. Вы серьезный человек?

10. Способны ли Вы восторгаться, восхищаться чем-нибудь?

11. Предприимчивы ли вы?

12. Вы быстро забываете, если Вас кто-нибудь обидит?

13. Мягкосердечны ли Вы?

14. Опуская письмо в почтовый ящик, проверяете ли Вы, проводя по щели ящика, что письмо полностью упало в ящик?

15. Стремитесь ли Вы всегда считаться в числе лучших работников?

16. Бывало ли Вам страшно в детстве во время грозы или при встрече с незнакомой собакой?

17. Стремитесь ли Вы во всем и всюду соблюдать порядок?

18. Зависит ли Ваше настроение от внешних обстоятельств?

19. Любят ли Вас Ваши знакомые?

20. Часто ли у Вас бывает чувство сильного внутреннего беспокойства, ощущение возможной беды, неприятности?

21. У Вас часто бывает несколько подавленное настроение?

22. Была ли у Вас хотя бы один раз истерика или нервный срыв?

23. Трудно ли вам долго усидеть на одном месте?

24. Если по отношению к Вам несправедливо поступили, энергично ли Вы отстаиваете свои интересы?

25. Можете ли Вы зарезать курицу или овцу?

26. Раздражает ли Вас, если дома занавесь или скатерть висят неровно, и Вы сразу же стремитесь поправить их?

27. Вы в детстве боялись остаться одни дома?

28. Часто ли у Вас бывают колебания настроения без причин?

29. Всегда ли стремитесь быть достаточно сильным работником в своей профессии?

30. Быстро ли Вы начинаете сердиться или впадать в гнев?

31. Можете ли Вы быть абсолютно беззаботно веселым?

32. Бывает ли так, что ощущение полного счастья буквально пронизывает Вас?

33. Как Вы думаете, получится ли из Вас ведущий (конферансье) в юмористическом спектакле?

34. Вы обычно высказываете свое мнение людям достаточно откровенно, прямо и недвусмысленно?

35. Вам трудно переносить вид крови? Вызывает ли это у Вас неприятные ощущения?

36. Любите ли Вы работу с высокой личной ответственностью?

37. Склонны ли Вы выступать в защиту лиц, по отношению к которым несправедливо поступают?

38. В темный подвал Вам трудно, страшно спускаться?

39. Предпочитаете ли Вы работу такую, где действовать надо быстро, но требования к качеству выполнения невысокие?

40. Общительны ли Вы?

41. В школе Вы охотно декламировали стихи?

42. Убегали ли Вы в детстве из дома?

43. Кажется ли Вам жизнь трудной?

44. Бывает ли так, что после конфликта, обиды Вы были до того расстроены, что идти на работу казалось просто невыносимым?

45. Можно ли сказать, что при неудаче Вы не теряете чувство юмора?

46. Предпринимаете ли Вы первые шаги к примирению, если Вас кто-нибудь обидел?

47. Вы очень любите животных?

48. Возвращаетесь ли вы, чтобы убедиться, что оставили дом или рабочее место в таком состоянии, что там ничего не случится?

49. Преследует ли Вас иногда неясная мысль, что с Вами и Вашими близкими может случиться что-то страшное?

50. Считаете ли Вы, что Ваше настроение очень изменчиво?

51. Трудно ли Вам докладывать (выступать на сцене) перед большим количеством людей?

52. Вы можете ударить обидчика, если он Вас оскорбит?

53. У Вас очень велика потребность в общении с другими людьми?

54. Вы относитесь к тем, кто при каких-либо разочарованиях впадает в глубокое отчаяние?

55. Вам нравится работа, требующая энергичной организаторской деятельности?

56. Настойчиво ли Вы добиваетесь намеченной цели, если на пути к ней приходится преодолевать массу препятствий?

57. Может ли трагический фильм взволновать Вас так, что на глазах выступают слезы?

58. Часто ли бывает Вам трудно уснуть из-за того, что проблемы прожитого дня или будущего все время крутятся в Ваших мыслях?

59. В школе Вы иногда подсказывали своим товарищам или давали списывать?

60. Потребуется ли вам большое напряжение воли, чтобы ночью пройти одному через кладбище?

61. Тщательно ли Вы следите за тем, чтобы каждая вещь в Вашей квартире была только на одном и том же месте?

62. Бывает ли так, что, будучи в хорошем настроении перед сном, Вы на следующий день встаете в подавленном настроении, длящемся несколько часов?

63. Легко ли Вы привыкаете к новым ситуациям?

64. Бывают ли у Вас головные боли?

65. Вы часто смеетесь?

66. Можете ли Вы быть приветливым даже с тем, кого Вы явно не цените, не любите, не уважаете?

67. Вы подвижный человек?

68. Вы очень переживаете из-за несправедливости?

69. Вы настолько любите природу, что можете назвать себя ее другом?

70. Уходя из дома или ложась спать, проверяете ли Вы, закрыт ли газ, погашен ли свет, заперты ли двери?

71. Вы очень боязливы?

72. Изменяется ли Ваше настроение при приеме алкоголя?

73. В Вашей молодости Вы охотно участвовали в кружке художественной самодеятельности (театр, танцы и т. д.). А может, Вы участвуете и сейчас?

74. Вы оцениваете жизнь несколько пессимистически, без ожидания радости?

75. Вас часто тянет путешествовать?

76. Может ли Ваше настроение измениться так резко, что Ваше состояние радости сменяется вдруг угрюмым, подавленным состоянием?

77. Легко ли вам удается поднять настроение друзей в компании?

78. Долго ли Вы переживаете обиду?

79. Переживаете ли Вы длительное время горести других людей?

80. Часто ли, будучи школьником, Вы переписывали страницу в Вашей тетради, если ставили в ней кляксу?

81. Относитесь ли Вы к людям скорее с недоверием и осторожностью, чем с доверчивостью?

82. Часто ли Вы видите страшные сны?

83. Бывает ли так, что Вы остерегаетесь того, что броситесь под колеса проходящего поезда или, стоя у окна многоэтажного дома, остерегаетесь того, что можете выпасть из окна?

84. В веселой компании Вы обычно веселы?

85. Способны ли Вы отвлечься от трудных проблем, требующих решения?

86. Вы становитесь менее сдержанным и чувствуете себя более свободным, если примите алкоголь?

87. В беседе Вы скупы на слова?

88. Если бы Вам необходимо было бы играть на сцене, Вы смогли бы так войти в роль, чтобы позабыть о том, что это только игра?

После тестирования психолог обрабатывает ответный бланк с помощью ключей. В результате он получает показатели по каждому из типов акцентуаций («сырые» баллы). Затем полученные показатели преобразуются с помощью соответствующих коэффициентов по формуле:

«сырые» баллы × коэффициент = итоговый показатель.

Коэффициенты для каждого типа акцентуаций следующие:

Гипертимический — 3.
Застревающий — 2.
Педантичный — 2.
Эмотивный — 3.
Тревожный — 3.
Циклотимный — 3.
Возбудимый — 3.
Дистимический — 3.
Демонстративный — 2.
Экзальтированный — 6.

Результаты подсчета записываются в бланке фиксации результатов. Сразу же может быть дана приблизительная оценка типа акцентуации. Если итоговый показатель превосходит 12 (максимальное значение — 24), то это считается признаком акцентуации по данному типу. Однако имеются данные исследований, которые подтверждают тот факт, что критическое значение для диагностики типа лежит в пределах 14–16.

Далее результаты могут быть представлены графически. Для этого следует отложить полученные показатели в системе координат: тип акцентуации — значение показателя. Эта система координат уже представлена на бланке фиксации результатов. После соединения точек на графике получаем профиль личностных акцентуаций.

Следует учитывать, что опросник не имеет шкалы лжи, поэтому требуются дополнительные действия, чтобы получить достоверные результаты. Максимум внимательности и убеждения нужны психологу на стадии инструктирования, чтобы заметить возможные отрицательные установки на исследование и создать атмосферу благожелательности и серьезного настроя на работу. На стадии оценки результатов, анализируя график, можно иногда заметить, что профиль акцентуаций

сильно сдвинут вверх или вниз. В этом случае при определении типов акцентуации целесообразно не привязывать оценку к каким-то числовым значениям, а оценивать форму профиля.

При составлении заключения могут использоваться описательные поведенческие характеристики.

Ключи к опроснику

Гипертимический тип: 1, 11, 23, 33, 45, 55, 67, 77.
Застревающий тип: 2, 12, 15, 24, 34, 37, 46, 56, 59, 68, 78, 81.
Педантичный тип: 4, 14, 17, 26, - 36, 39, 48, 58, 61,70, 80, 83.
Эмотивный тип: 3, 13, 25, 35, 47, 57, 69, 79.
Тревожный тип: 5, 16, 27, 38, 49, 60, 71, 82.
Циклотимный тип: 6, 18, 28, 40, 50, 62, 72, 84.
Возбудимый тип: 8, 20, 30, 42, 52, 64, 74, 86.
Дистимический тип: 9, 21, 31, 43, 53, 65, 75, 87.
Демонстративный тип: 7, 19, 22, 29, 41, 44, 51, 63, 66, 73, 85,
Экзальтированный тип: 10, 32, 54, 76.

Приложение 14

МЕТОДИКА
«ОПРОСНИК СТРУКТУРЫ ТЕМПЕРАМЕНТА» (ОСТ)[1]
(В.М. Русалов)

Ниже приведенный опросник представляет собой модификацию известного опросника структуры темперамента (ОСТ), разработанного В.М. Русаловым (1988, 1989). Данная модификация выполнена с целью удобства и быстроты обработки результатов. С помощью этого теста можно определить ряд показателей свойств темперамента: эргичности (выносливость человека как в умственном, так и в физическом плане), социальной эргичности, пластичности, социальной пластичности, темпа, социального темпа, эмоциональности, социальной эмоциональности.

Инструкция. Вам предлагается ответить на 64 вопроса следующим образом: например, отвечая на первый вопрос: «Испытываете ли Вы постоянную жажду деятельности?», оцените свой ответ по пятибалльной шкале, если Вы действительно испытываете постоянную жажду деятельности и на протяжении длительного времени, поставьте рядом с цифрой 1, обозначающей номер вопроса, ответ — 5 баллов. Если же ваш ответ отрицательный, или Ваша жажда деятельности недостаточно высоко выражена, то поставьте соответствующий балл: 1, 2, 3 или 4, т. е. вместо ответов «Да» или «Нет» Вы ставите соответствующий балл.

Опросник

1. Испытываете ли Вы постоянную жажду деятельности?
2. Чувствовали бы Вы себя несчастным человеком, если бы на длительное время были лишены возможности общения с людьми?
3. Легко ли Вы можете найти другие варианты решения известной задачи?
4. Всегда ли Вы готовы с ходу, не раздумывая, включиться в разговор?

[1] Теоретические подходы и методики по изучению одаренных детей: учеб. пособие. – Иркутск: Изд-во ИГПУ, 2001. – С. 58–64.

5. Подвижный ли Вы человек?
6. Легко ли Вы воспринимаете быструю речь?
7. Сильно ли Вы переживаете неполадки в своей работе?
8. Ранимый ли Вы человек?
9. Даже в свободное время Вам всегда хочется заниматься какими-нибудь делами?
10. Легко ли Вам общаться с разными людьми?
11. Легко ли Вам делать одновременно несколько дел?
12. В разговоре с другими людьми Ваша речь часто опережает Вашу мысль?
13. Вы обычно ходите в быстром темпе?
14. Разговорчивый ли Вы человек?
15. Часто ли вы испытываете тревогу, что выполнили работу не так, как нужно?
16. Часто ли Вам не спится из-за того, что Вы повздорили с друзьями?
17. Легко ли Вам выполнять работу, требующую длительного внимания и большой сосредоточенности?
18. Легко ли Вам внести оживление в компанию?
19. Легко ли Вам переключаться от одного варианта решения задачи на другой?
20. Часто ли Ваши мысли перескакивают с одной на другую во время разговора?
21. Нравятся ли Вам игры, требующие быстроты и ловкости?
22. Вы обычно говорите быстро, без запинки?
23. Легко ли Вы расстраиваетесь, когда обнаруживаете незначительные недостатки в своей работе?
24. Испытываете ли Вы чувство беспокойства, что Вас неправильно поняли в разговоре?
25. Охотно ли Вы выполняете сложную, ответственную работу?
26. Любите ли Вы бывать в большой компании?
27. Вам приходится много и быстро говорить?
28. Возникают ли у Вас конфликты с друзьями из-за того, что Вы сказали им что-то, не подумав заранее?
29. Быстры ли у Вас движения рук?
30. Беспокоят ли Вас страхи, что Вы не справитесь с работой?
31. Богатая ли у Вас мимика при разговоре?
32. Склонны ли Вы иногда преувеличивать в своем воображении негативное отношение близких к Вам людей?

33. Испытываете ли Вы тягу к напряженной ответственной деятельности?

34. Держитесь ли Вы свободно в большой компании?

35. Легко ли Вы генерируете новые идеи?

36. Можете ли Вы без долгих раздумий задать щекотливый вопрос другому человеку?

37. Доставляют ли Вам удовольствие быстрые движения?

38. Быстро ли Вы читаете вслух?

39. У Вас надолго портится настроение от того, что сорвались запланированные Вами дела?

40. Легко ли Вы обижаетесь, когда близкие Вам люди указывают на Ваши личные недостатки?

41. Любите ли Вы браться самостоятельно за большие дела?

42. В свободное время Вас обычно тянет пообщаться с людьми?

43. Склонны ли Вы решать много задач одновременно?

44. Часто ли Вы высказываете свое первое впечатление, не подумав?

45. Можно ли сказать, что Вы быстро выполняете порученное Вам дело?

46. Нравится ли Вам быстро говорить?

47. Часто ли Вам не спится из-за того, что не ладятся дела, связанные с работой?

48. Волнуетесь ли Вы перед ответственным разговором?

49. Вы обычно чувствуете в себе избыток сил, желание взяться за сложные дела, требующие большого напряжения?

50. Испытываете ли Вы тягу к людям?

51. Легко ли Вы переключаетесь с одного вида деятельности на другой?

52. Вы обычно первым в компании решаетесь начать разговор?

53. Любите ли Вы игры, требующие быстрого темпа?

54. В Вашей речи обычно мало пауз и остановок?

55. Беспокоит ли Вас чувство неуверенности?

56. Испытываете ли Вы чувство обиды из-за того, что окружающие Вас люди обходятся с Вами хуже, чем следовало бы?

57. Испытываете ли Вы потребность в работе, требующей большой отдачи сил?

58. Вы тяжело переносите одиночество, предпочитая находиться в окружении людей?

59. Охотно ли Вы выполняете много поручений одновременно?

60. Можете ли Вы, не долго думая, обратиться с просьбой к незнакомому человеку?

61. Охотно ли Вы выполняете работу в быстром темпе?
62. Вам нравится, когда собеседник говорит быстро?
63. Часто ли у Вас бывает бессонница при неудачах на работе?
64. Вы обычно сильно волнуетесь, выясняя отношения с друзьями?

Обработка результатов

1. Сложив баллы, проставленные в первой строке бланка ответов (1, 9, 17, 25, 33 и т. д.), Вы получите данные о Вашем энергетизме или «эргичности» («Э») по В.М. Русалову.

2. Сложив баллы, проставленные во второй строке бланка ответов (2, 10, 18, 26, 34 и т д.), Вы получите данные о Вашей социальной эргичности, обозначенной «СЭ».

3. Сложив баллы, проставленные в третьей строке бланка ответов (3, 11, 19, 27 и т. д.), Вы получите данные о Вашей пластичности («П»).

4. Сложив баллы, проставленные в четвертой строке бланка ответов (4, 12, 20, 28 и т. д.), Вы получите данные о Вашей социальной пластичности («СП»).

5. Сложив баллы, проставленные в пятой строке бланка ответов (5, 13, 21, 29 и т. д.), Вы получите данные об особенностях Вашего темпа, обозначенному как «Т».

6. Сложив баллы, проставленные в шестой строке бланка ответов (6, 14, 22, 30 и т. д.), Вы получите сведения о Ваших данных по социальному темпу, обозначенному как «СТ».

7. Сложив баллы, проставленные в седьмой строке бланка ответов (7, 15, 23, 31 и т. д.), Вы получите данные об особенностях Вашей эмоциональности — «ЭМ».

8. Сложив баллы, проставленные в восьмой строке бланка ответов (8, 16, 24, 32, 40 и т. д.), Вы получите данные об особенностях Вашей социальной эмоциональности, обозначенной как «СЭМ».

Таким образом, Вы выявили все ваши параметры темперамента, которые относительно устойчивы и если изменяются, то достаточно медленно.

Ниже приведены характеристики индивидуальности при низких и высоких значениях показателей темперамента.

Низкие значения свойства: 10–15 баллов	**Высокие значения свойства:** 25–40 баллов
Эргичность предметная (Э)	
«Узкая» сфера деятельности, низкий жизненный тонус, нежелание умственного и физического напряжения, отказ от работы, пассивность	«Широкая» сфера деятельности, жажда активности, постоянное стремление к напряженному умственному и физическому труду, избыток сил, высокая работоспособность
Эргичность социальная (СЭ)	
«Узкий» круг контактов, замкнутость, социальная пассивность, уход от социальных контактов, трудности в общении	«Широкий» круг контактов, открытость, тяга к людям, общительность, жажда социальных контактов, стремление к лидерству, легкость в установлении социальных связей
Пластичность предметная (П)	
Предпочтение стереотипных, однообразных форм деятельности, склонность к монотонной работе, избегание разнообразия	Гибкость мышления, легкость переключения внимания с одной деятельности на другую, стремление к разнообразию форм предметной деятельности
Пластичность социальная (СП)	
Трудности вступления в новые социальные контакты, тщательное продумывание своих поступков в процессе социального взаимодействия, стремление к поддержанию узкого круга социальных контактов	Легкость вступления в новые социальные контакты, широкий набор коммуникативных программ, коммуникативная импульсивность, легкость переключения, расторможенность общения
Темп предметный (Т)	
Замедленность психомоторики, низкая скорость моторно-двигательных операций при выполнении предметной деятельности	Высокий темп деятельности, большая скорость психомоторики, выполнения операций при осуществлении предметной деятельности, легкость движений.

Низкие значения свойства: 10–15 баллов	**Высокие значения свойства:** 25–40 баллов
Темп социальный (СТ)	
Речевая заторможенность, медленная речь, низкая речевая активность	Легкость и плавность речи, высокая речевая активность, быстрая вербализация
Эмоциональность предметная (ЭМ)	
Низкая чувствительность, безразличие к расхождению между задуманным, ожидаемым планируемым действием и реальным результатом этого действия: ощущение беспокойства, неуверенности в себе при выполнении любого дела отсутствует; наблюдается нечувствительность к неудачам, отсутствие тревоги и беспокойства в случае невыполнения или плохого выполнения работы	Высокая чувствительность в расхождении между задуманным, ожидаемым, планируемым действием и реальным результатом этого действия; постоянное ощущение неполноценности продукта своей деятельности, высокое беспокойство, неуверенность, тревога по поводу работы, высокая чувствительность к неудачам на работе, учебе и т. д.
Социальная эмоциональность (СЭМ)	
Безразличие к неудачам в общении, ощущение спокойствия и уверенности в себе в процессе общения, социального взаимодействия, эмоциональной инертности, отсутствие эмоциональной отзывчивости, сопереживания	Высокая чувствительность к неудачам в общении, постоянное ощущение беспокойства, неуверенности, тревоги в процессе социального взаимодействия, высокая эмоциональная ранимость

Бланк ответов

1	9	17	25	33	41	49	57
2	10	18	26	34	42	50	58
3	11	19	27	35	43	51	59
4	12	20	28	36	44	52	60
5	13	21	29	37	45	53	61
6	14	22	30	38	46	54	62
7	15	23	31	39	47	55	63
8	16	24	32	40	48	56	64

Приложение 15

ЦВЕТОПИСЬ НАСТРОЕНИЯ КОЛЛЕКТИВА[1]

Методика разработана А.Н. Лутошкиным. Исследование по методике цветописи проводят как с одним испытуемым, так и с группой до 16–20 человек. В случае группового инструктирования каждый участник должен быть обеспечен набором цветов, из которого нужно выбрать тот, что соответствует его настроению.

Для определения эмоционального состояния с помощь цвета испытуемым предъявляется шкала цветового диапазона настроений и объясняется принцип ее использования.

Шкала цветового диапазона настроений

Красный	–	восторженное
Оранжевый	–	радостное
Желтый	–	приятное
Зеленый	–	спокойное, уравновешенное
Синий	–	грустное
Фиолетовый	–	тревожное
Черный	–	упадок, уныние

Инструкция. Посмотрите на шкалу цветового диапазона настроений. Ориентируясь на обозначения цветов этой шкалы, выберите из цветового набора тот цвет, который соответствует сегодня вашему настроению.

Диагностика настроений может быть одноразовой, и тогда достаточно однодневного исследования. Но может быть поставлена задача исследовать динамику настроений, и тогда исследования повторяются каждый день в течение недели, месяца или более.

Задача исследователя — фиксировать настроение испытуемого в цветоматрице с помощью цветных карандашей или фломастеров.

Оперативная цветоматрица настроений участников исследования выглядит следующим образом.

[1] Ларионова Л.И. Теоретические подходы и методики по изучению одаренных детей: учеб. пособие / Л.И. Ларионова, Н.А. Алаева, Е.В. Швецова. – Иркутск: Изд-во ИГПУ, 2001. – С. 223–225.

Оперативная цветоматрица настроений

№	ФИО испытуемых	Дата исследования (числа месяца)							
		1	2	3	4	5	6	7	и т. д.
1.	Анна								
2.	Виктор								
3.	Николай								
4.	и т. д.								

Настроение каждого участника фиксируется в клетке, находящейся на пересечении его номера с днем, соответствующим дате исследования. Помимо фиксации в цветоматрице самодиагностики участниками своих настроений исследователю важно вести дневник наблюдений. В дневнике записывают соответствует или нет диагностированное настроение реально наблюдаемому, и основные события дня, которые могли повлиять на настроение, если изучается их динамика у группы школьников. например: предстоящий экзамен, результаты контрольных работ, возникшие в группе ссоры, праздничные дни и др.

Обработка результатов. Результаты подлежат обработке в случаях, когда исследуются одновременно группы участников или проводится многоразовая самодиагностика настроений участников.

Цель обработки результатов — высчитать индивидуальные и групповые показатели настроений.

Для получения индивидуальных показателей настроений подсчитывают частоту встречаемости каждого цвета, поставленного в шкале цветового диапазона настроений. Чтобы сравнить настроение всех участников исследования, подготавливают итоговую цветоматрицы настроений.

Итоговая цветоматрица настроений

№	ФИО испытуемых	Дата исследования (числа месяца)							
		1	2	3	4	5	6	7	и т. д.
1.	Анна	к	к	о	о	о	ж	з	
2.	Виктор	к	к	о	ж	г	г	ф	
3.	Николай	к	о	ж	ж	ж	з	з	
4.	и т. д.								

В цветоматрице буквами или посредством закраски соответствующего количества клеточек цветом, обозначающим настроение, фиксируют количество дней, когда имело место то или иной настроение. При этом начинают с восторженного, затем — радостного и т. д.

Анализ результатов. Анализ данных оперативной цветоматрицы настроения можно проводить как ежедневно, так и в конце каждой недели, в конце каждого месяца.

Ежедневный анализ данных цветоматрицы соотносится с реальными жизненными событиями испытуемого. Такой анализ помогает человеку разобраться в причинах своих переживаний и является хорошим средством эмоционального самоконтроля. При этом важно установить степень адекватности эмоционального реагирования индивида в зависимости от событий в его жизни.

Общая оценка эмоционального состояния соответствует преобладающему настроению за весь период времени исследования. Такая оценка предусматривает возможность отклонения от нормы в переживаниях, эмоциональных состояниях испытуемого. К таким отклонениям относятся:

- слишком затянувшееся настроение грусти, тревоги, неудовлетворенности;
- несоответствие эмоциональных состояний складывающимся жизненным ситуациям;
- чрезмерная хроническая эмоциональная возбужденность (в виде радостно-восторженного настроения);
- резкая полярность в тональности эмоциональных состояний;
- длительное однообразие проявляемых эмоциональных состояний.

В процессе анализа важно учесть, что некоторые хронические заболевания человека: например, гастрит, холецистит, язвенные болезни, болезни сердца и т. п. сильно влияют на эмоциональное состояние личности, изменяя жизненный тонус.

Активность и характер реакций. К факторам, сильно влияющим на настроение человека, относится эмоционально-психологический климат семьи, учебной группы и взаимоотношения с друзьями и любимыми людьми.

Приложение 16

МЕТОДИКА САМООЦЕНКИ КОЛЛЕКТИВА С ПОМОЩЬЮ ЭМОЦИОНАЛЬНО-СИМВОЛИЧЕСКОЙ АНАЛОГИИ[1]

Методика разработана А.Н. Лутошкиным. Эмоциональные образы-символы в данной методике подобраны с учетом особенностей детей подросткового и юношеского возрастов, их стремления к романтике, к эмоциональному восприятию действительности. Они соответствуют разным ступеням развития ученического коллектива. Для обозначения этих ступеней в методике используются следующие образные названия»: «Песчаная россыпь», «Мягкая глина», «Мерцающий маяк», «Алый парус», «Горящий факел». Описываются они следующим образом.

«Песчаная россыпь»

Присмотритесь к песчаной россыпи — сколько песчинок собрано вместе, и в то же время каждая из них сама по себе. Налетит слабый ветерок и отнесет часть песка в сторону. Рассыплет его по площадке. Будет ветер посильнее — и не станет россыпи.

Бывает так и в группах людей. Там тоже каждый как песчинка: вроде все вместе, и в то же время каждый отдельно. Нет того, что «сцепляло» бы, соединяло людей. Здесь люди или еще мало знают друг друга, или просто не решаются, а может быть, и не желают пойти навстречу друг другу. Нет общих интересов, общих дел. Отсутствие твердого, авторитетного центра приводит к рыхлости, «рассыпчатости» группы.

Группа эта существует формально, не принося радости и удовлетворения всем, кто в нее входит.

«Мягкая глина»

Известно, что мягкая глина — материал, который сравнительно легко поддается воздействию, и из него можно лепить различные изделия. В руках хорошего мастера, а таким в группе, классе ученическом коллективе может быть бюро, командир, организатор дела. Этот

[1] Ларионова Л.И. Теоретические подходы и методики по изучению одаренных детей: учеб. пособие / Л.И. Ларионова, Н.А. Алаева, Е.В. Швецова. – Иркутск: Изд-во ИГПУ, 2001. – С. 217–220.

материал превращается в искусный сосуд, в прекрасное изделие. Но он может остаться простым куском глины, если к нему не приложить усилий. Когда мягкая глина оказывается в руках неспособного человека, она может принять самые неопределенные формы.

В группе, находящейся на этой ступени заметны первые усилия по сплочению коллектива, хотя они и робки. Не все получается у организаторов, нет достаточного опыта совместной работы.

Скрепляющим звеном здесь еще являются формальная дисциплина и требования старших. Отношения разные — доброжелательные, конфликтные. Ребята по своей инициативе редко приходят на помощь друг другу. Существуют замкнутые приятельские группировки, которые мало общаются друг с другом, нередко ссорятся. Подлинного мастера — хорошего организатора — пока нет или ему трудно себя проявить, так как по-настоящему его некому поддержать.

«Мерцающий маяк»

В штормовом море маяк и опытному и начинающему мореходу приносит уверенность: курс выбран правильно, «так держать!». Заметьте, маяк горит не постоянно, а периодически выбрасывает пучки света. Как бы говоря: «Я здесь. Я готов прийти на помощь».

Формирующий коллектив озабочен, чтобы каждый шел верным путем. В таком ученическом коллективе преобладает желание трудиться сообща, помогать друг другу, бывать вместе. Но желание — это еще не все. Дружба, товарищеская взаимопомощь требуют постоянного горения, а не одиночных, пусть даже частых вспышек. В группе есть на кого опереться. Авторитетны «смотрители» маяка. Те, кто не дает погаснуть огню, — организаторы, актив.

Группа заметно отличается среди других групп своей индивидуальностью. Однако ей бывает трудно до конца собрать всю волю, найти во всем общий язык, проявить настойчивость в преодолении трудностей, у некоторых членов группы не всегда хватает сил подчиниться коллективным требованиям. Недостаточно проявляется инициатива, не столь часто вносятся предложения по улучшению дел не только в своем коллективе, но и в том, более значительном коллективе, в который они, как часть, входят. Мы видим проявление активности всплесками, да и то не у всех.

«Алый парус»

Алый парус — это символ устремленности вперед, неуспокоенности, дружеской верности, преданности своему долгу. Здесь действуют по принципу «Один за всех, все — за одного».

Дружеское участие и заинтересованность делами друг друга сочетаются с принципиальностью и взаимной требовательностью. Командный состав парусника — знающие и надежные организаторы, авторитетные товарищи. К ним обращаются за советом, помощью, и они бескорыстно оказывают ее.

У большинства членов «экипажа» проявляется чувство гордости за свой коллектив; все переживают горечь, когда их постигают неудачи. Коллектив живо интересуется, как обстоят дела в других коллективах, например, в соседних. Бывает, что приходят на помощь, когда их об этом попросят.

Хотя коллектив и сплочен, но бывают моменты, когда он не готов идти наперекор бурям и ненастьям. Не всегда хватает мужества признать свои ошибки сразу, но постепенно положение может быть исправлено.

«Горящий факел»

Горящий факел — это живое пламя, горючим материалом которого является тесная дружба, единая воля, отличное взаимопонимание, деловое сотрудничество, ответственность каждого не только за себя, но и за весь коллектив. Да, здесь хорошо проявляются все качества коллектива, которые мы видели на ступени «Алый парус». Но это не все.

Светить можно и для себя, пробираясь сквозь заросли, поднимаясь на скалы, спускаясь в ущелья, проторяя первые тропы. Но разве можно чувствовать себя счастливым, если рядом кому-то трудно, если позади тебя коллективы, группы, которым нужна помощь и твоя крепкая рука. Настоящий коллектив — тот, где бескорыстно приходят на помощь, делают все, чтобы принести пользу людям, освещая, подобно легендарному Данко, жаром своего сердца дорогу другим.

Своеобразное видение коллектива через представленные образцы-символы, умение соотнести реальную жизнь ученического коллектива с эталонной «картинкой» — это важная часть диагностики коллектива при помощь представленной методики.

Приложение 17

МЕТОД СОЦИОМЕТРИИ[1]

Социометрическое исследование проводится учителем или классным руководителем с помощью заранее сформулированных вопросов (критериев), которые связаны с учебой, отдыхом, трудовой деятельностью, например:

1. К кому бы ты обратился, в первую очередь, встретив затруднения в учении?
2. Кого из товарищей, в первую очередь, ты хотел бы пригласить бы на день рождения?
3. Кого из своих одноклассников, в первую очередь, ты пригласил бы на день рождения?

Цель социометрического опроса заключается в выборе каждым учащимся товарища (партнера) для совместной деятельности и отдыха. Сделанный школьником выбор показывает, кому из одноклассников он отдает предпочтение и пользуется ли при этом взаимностью. Математическая обработка данных позволяет выявить некоторые количественные характеристики (социометрический статус ученика в классе, взаимность выбора).

Процедуру социометрического обследования можно проиллюстрировать на примере использования такого критерия как выбор школьником партнера по парте.

Учащимся изучаемого класса раздаются чистые листки бумаги, и сообщается следующая инструкция: «Ребята, с начала новой четверти мы хотим рассадить вас за партами так, как вы сами пожелаете. Напишите, пожалуйста, на листочке бумаги фамилии тех одноклассников, с которыми вы хотели бы сидеть за одной партой. Причем под номером один укажите фамилию того ученика, с которым вы хотели бы сидеть в первую очередь, под номером два — того, с кем бы вы хотели сидеть, если нам не удастся посадить вас с первым, под номером три — фамилию того ученика, с которым вы тоже не возражали бы сидеть в том случае, если не удастся посадить с первым или вторым номером, и т. д.». Листки подписываются каждым учащимся и после заполнения собираются исследователем.

---

[1] Ларионова Л.И. Теоретические подходы и методики по изучению одаренных детей: учеб. пособие / Л.И. Ларионова, Н.А. Алаева, Е.В. Швецова. – Иркутск: Изд-во ИГПУ, 2001. – С. 226–231.

При обработке данных составляется матрица (см. табл. 1). По вертикали в ней указываются фамилии всех учащихся класса, а по горизонтали — их порядковый номер по списку. На соответствующих пересечениях крестиком обозначают тех, кого выбрал каждый учащийся в качестве своего партнера по парте.

Таблица 1

Матрица выборов

№	**Кого выбирают** / **Кто выбирает**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**
1.	Алентов			+	+					+		
2.	Снежкова			+	+				+			
3.	Ильина	+				+						+
4.	Андреева		+	+			+	+	+			
5.	Павлов		+									
6.	Рябинкина				+	+						
7.	Никонов	+		+						+		+
8.	Ермохин		+	+		+						
9.	Степина	+	+						+			
10.	Санаев			+		+						
11.	Тимшина					+						
Кол-во полученных выборов		3	4	6	3	5	2	1	3	2	0	2
Из них взаимных		2	2	1	2	0	1	0	1	1	0	0

Затем в таблице подсчитывают количество выборов и взаимных выборов у каждого школьника (подсчет производят по вертикали). Количество выборов и является показателем популярности ученика в классе. На основании приведенных в таблице данных можно вычислить социометрический статус каждого ученика, который равен отношению суммы полученных им голосов к максимально возможному их числу:

$$C = \frac{\sum R_1}{R - 1} \times 100\%,$$

где C — статус ученика, $\sum R_1$ — сумма полученных выборов, R — число учеников класса, участвовавших в выборах.

Так, статус ученика под № 3 (Ильина) равен 60 %, статус ученика под № 7 (Никонов) равен 10 %.

В целях дальнейшего анализа данные, представленные в матрице, оформляются графически в виде социограммы (см. рис. 1). Социограмма представляет собой четыре концентрические окружности, в каждую из которых помещают соответствующие номера учащихся класса. В первый круг (центральный) помещают тех, кто набрал наибольшее количество выборов (в нашем примере учащиеся № 3 — Ильин и № 5 — Павлов). Таких учащихся называют «социометрическими звездами» — они пользуются высоким авторитетом среди членов группы и вызывают у них наибольшую симпатию. Во второй круг заносят номера тех учащихся («предпочитаемых»), которые имеют среднее количество выборов (№ 1, № 2, № 4 и № 8). Третий круг — учащихся, имеющих число выборов меньше среднего, так называемых «пренебрегаемых» (№ 6, № 7, № 9, № 11) и в четвертый круг — «изолированных», т. е. не получивших ни одного выбора (№ 10 — Санаев).

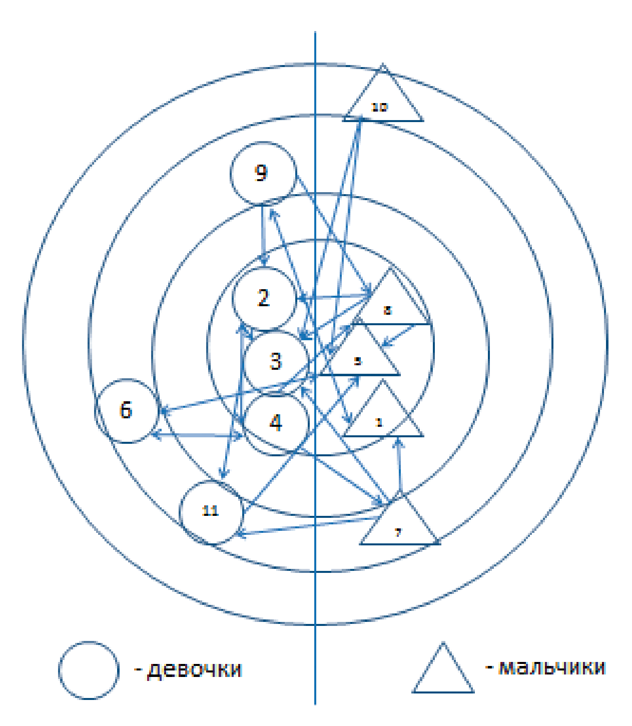


Рис. 1. Социограмма

$$\text{КУ} = \frac{N_1}{N} \times 100\ \%,$$

где N — общее число выборов, полученных в опросе, N_1 — число взаимных выборов.

По значению КУ ученики класса могут быть ранжированы по четырем группам:

Первая: КУ = 75–100 %.

Вторая: КУ = 50–75 %.

Третья: КУ = 25–50 %.

Четвертая: КУ = 0–25 %.

Если в классе преобладает первая и вторая группы, то уровень взаимности межличностных отношений благополучный, а если третья или четвертая — неблагополучный.

Полученные данные полезно сопоставить с результатами систематического наблюдения за жизнью класса и поведением учащихся. Важно, например, установить, что обеспечивает тому или иному ученику определенное место в системе межличностных отношений, почему некоторые учащиеся попали в число «пренебрегаемых» или «изолированных». Такое наблюдение дает возможность внести коррективы в результаты социометрического обследования и наметить необходимые воспитательные мероприятия, направленные на изменение неблагоприятного социометрического статуса отдельных учащихся.

Данные социометрического обследования ученического коллектива, изображаемые в виде социограмм, дополняются социометрическими индексами, качественно характеризующими личные взаимоотношения в коллективе. Достаточно представительную и разностороннюю информацию о положении школьника в системе личных взаимоотношений можно получить, например, при помощи следующих шести социометрических индексов:

1) разница между числом выборов, сделанных школьником, и количеством сделанных им же отклонений (этот индекс свидетельствует об отношении данного школьника к коллективу в целом);

2) разница между числом полученных выборов и количеством полученных отклонений (оценка отношений коллектива к данному школьнику);

3) разница между количеством ожидаемых данным школьником выборов и количеством ожидаемых им же отклонений (индекс уверенности школьника в положительном отношении к нему коллектива);

4) разница между количеством ожидаемых от данного школьника выборов и количеством ожидаемых от него же отклонений (индекс уверенности коллектива в положительном к нему отношении данного школьника):

5) количество взаимных выборов (индекс прочности личных, дружеских взаимосвязей данного школьника с товарищами по коллективу);

6) количество полученных взаимных отклонений (индекс взаимной неприязни, проявляемой в отношениях интересующего нас школьника и других членов данного коллектива).

Первые четыре индекса могут принимать как положительные, так и отрицательные значения. Пятый и шестой индексы также можно перевести в показатели, имеющие плюсы и минусы: если соответствующие индексы окажутся выше среднего их значения по коллективу, то им можно приписать знак «+» (в случае взаимных выборов, индекс 5) или «–» (в случае взаимных отвержений, индекс 6). Совокупность плюсов и минусов, полученных данным школьником, показывает его личностный социометрический профиль. Например, профиль вида ++++++ свидетельствует о том, что положение данного учащегося в коллективе во всех отношения благополучно, а профиль –––––– — о полном неблагополучии: ученик и класс не принимают друг друга. Промежуточные, смешанные варианты личностных социометрических профилей дают развернутую дифференцированную характеристику положения школьников в системе личных взаимоотношений с товарищами в ученическом коллективе.

При помощи ряда социометрических индексов под определенным углом зрения оценивают всю систему личных взаимоотношений в коллективе. Наиболее часто для этой цели используют показатель *групповой сплоченности*. Следует, однако, иметь в виду, что он относится лишь к одному виду взаимоотношений в коллективе, а именно к личным, и к тому же он отражает эти взаимоотношения достаточно узко — в том виде общения или деятельности, которые заданы в формулировке социометрического критерия.

ДЛЯ ЗАМЕТОК

ПРАКТИКУМ ПО ОБЩЕЙ ПСИХОЛОГИИ

Учебно-методическое пособие

Том 2

Авторы-составители:
Людмила Игнатьевна Ларионова,
Людмила Николаевна Азарова,
Алексей Михайлович Двойнин,
Владимир Михайлович Поставнев,
Ирина Васильевна Поставнева,
Ольга Аркадьевна Шаграева

Под общей редакцией
Людмилы Игнатьевны Ларионовой,
Александра Ильича Савенкова

Главный редактор: *Т.П. Веденеева*
Редактор: *А.В. Лященко*
Технический редактор: *О.Г. Арефьева*
Верстка: *Г.П. Васильева*

Формат 60 × 90 1/16. Объем 12,5 усл. печ. л.
Тираж 100 экз.

Московский городской педагогический университет
Научно-информационный издательский центр
129226, Москва, 2-й Сельскохозяйственный пр., 4